

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«АДЫГЕЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**На правах рукописи**

**Голодов Андрей Павлович**

**ФОРМИРОВАНИЕ АРСЕНАЛА ПРИЕМОВ БОЕВЫХ ЕДИНОБОРСТВ  
У ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ  
ОРГАНИЗАЦИЯХ МВД ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ**

**Специальность 5.8.4. – Физическая культура и профессиональная  
физическая подготовка (педагогические  
науки)**

**Диссертация  
на соискание ученой степени  
кандидата педагогических наук**

**Научный руководитель –  
доктор педагогических наук,  
профессор Чермит К.Д.**

**Майкоп – 2023**

## СОДЕРЖАНИЕ

<b>ВВЕДЕНИЕ</b> .....	<b>4</b>
<b>ГЛАВА 1. НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ ЕДИНОБОРСТВ У ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД</b> .....	<b>25</b>
1.1. Место физической подготовки в обеспечении готовности курсантов вузов Министерства внутренних дел к будущей профессиональной деятельности.....	25
1.2. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов образовательных организаций МВД.....	34
1.3. Единоборства и боевые приемы единоборств в системе ППФП студентов образовательных организаций МВД. Программное обеспечение и методика формирования навыков выполнения боевых приемов единоборств у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД.....	43
1.4. Заключение к главе .....	61
<b>ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ</b> ....	<b>71</b>
2.1. Методы исследования	71
2.2. Организация исследования	81
<b>ГЛАВА 3 БАЗОВЫЙ АРСЕНАЛ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ ЕДИНОБОРСТВ ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД И МЕТОДИКА ЕЕ ФОРМИРОВАНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ</b> .....	<b>84</b>
3.1. Базовая техника боевых приемов единоборств и особенности формирования ее арсенала у девушек-курсантов образовательных организаций МВД	84
3.2. Приемы выведения из равновесия, переводов в партер и специфических приемов самозащиты женщин при нападении, составляющих содержание процесса обучения единоборствам во внеучебное время девушек-курсантов образовательных организаций. МВД	108
3.3. Методика формирования арсенала техники приемов боевых единоборств у девушек-курсантов 1-2 курсов образовательных организаций МВД во внеучебное время.....	146
3.4. Динамика критериальных показателей качества выполнения техники приемов единоборств участниками эксперимента.....	161
<b>ЗАКЛЮЧЕНИЕ</b> .....	<b>183</b>
<b>ВЫВОДЫ</b> .....	<b>195</b>

<b>ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ.....</b>	203
<b>СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ.....</b>	205
<b>ПРИЛОЖЕНИЯ.....</b>	234

## ВВЕДЕНИЕ

**Актуальность темы диссертационного исследования.** Процессы, происходящие в мире, государстве, обществе, в экономической и социальной жизни, обуславливают изменения двух основополагающих компонентов, связанных с подготовкой кадров полицейских из числа женщин, в частности офицеров-женщин, в условиях образовательных организаций МВД:

1. Демократизация общества приводит к перераспределению трудовых функций мужчин и женщин и к увеличению числа женщин, несущих службу в полиции. На сегодняшний день насчитывается значительное количество женщин, находящихся на службе в органах внутренних дел России, выполняющих эту почетную, но трудную работу по защите жизни, здоровья, прав и свобод граждан, обеспечению соблюдения правопорядка, законности и внутренней безопасности государства и общества и принимающих участие в борьбе с преступлениями и правонарушениями (В.В. Романова, 2007; А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов, 2011; А.Н. Воротник, А.И. Ткаченко, 2015; Е.В. Насадюк, 2018).

2. В современном перечне совершаемых преступлений значится много таких, в борьбе с которыми женщины-сотрудницы органов полиции проявляют себя порой лучше, чем мужчины. Это в первую очередь сотрудницы, занимающиеся борьбой с новыми видами правонарушений, связанных с явлениями глобализации, работающие в структурных подразделениях с применением новых информационных систем, анализирующие совершаемые преступления, в которых злоумышленники пользуются современными технологиями (А.В. Пачев, 1999; В.А. Овчинников, 2012; О.В. Кузнецова, 2016; М.В. Гусева 2017; Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин, Е.А. Алдошина, 2019 и др.).

Следствием указанных обстоятельств является увеличение количества курсантов женского пола в образовательных организациях МВД (Н.Е. Браженская 2011; Ф.К. Зиннуров, 2012; И.А. Калиниченко, 2013; С.Н. Баркалов,

И.В. Герасимов, 2014; А.Н. Воротник, А.И. Ткаченко. 2015; В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2016; Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин, Е.А. Алдошина, 2019). Значительные проблемы в подготовке кадров при появлении среди курсантов другой гендерной группы проявляются в первую очередь в организации и проведении занятий по различным разделам физической подготовки (С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2010, 2014; В.И. Хальзов, А.С. Кропанов 2012; А.Н. Валиев, А.Н. Молоствов 2014; Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, 2015; А.Н. Бокий, 2015; А.А. Ахматгатин, М.С. Черкашин, 2016). «Болевые точки» проблем физической подготовки наиболее остро проявляются в процессе обучения девушек-курсантов боевым приемам единоборств (А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов, 2009; В.А. Овчинников, 2012; В.М. Макаров, А.А. Журавлев, 2015).

В первую очередь следует подчеркнуть возникающее противоречие между целевой установкой процесса обучения и педагогическими закономерностями обеспечения дифференцированного воздействия на занимающегося физическими упражнениями.

Предполагается, что необходимый уровень овладения техникой боевых единоборств определяется не только состоянием занимающегося, но и преимущественно состоянием противника (принадлежность к женскому полу не упрощает, а наоборот, усложняет процесс самозащиты), что заставляет обеспечивать равные уровни владения боевыми приемами единоборств сотрудниками-женщинами и мужчинами.

Это, конечно, так, но существующие разные исходные уровни физической подготовленности, способностей в овладении техническими действиями, различия в физическом и психологическом состоянии мужчин и женщин и ряд других обстоятельств наблюдаются на самом деле, и их преодолеть невозможно, что было доказано при исследовании общих вопросов двигательного развития в процессе физического воспитания (Б.Г. Ананьев, 1968, 1997; Л.П. Матвеев, 1987, 1991, 1996, 2004; С.М. Ашкинази, 1989; Ю.Д. Железняк, И.М. Туревский, Е.Г. Горбачев, 1989; Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов, 2008; Д.А. Волосков,

2012; R.A. Schmidt, 1979), при изучении закономерностей построения процесса спортивной тренировки (В.С. Дутов, 1986; Ю.А. Шулика, 1993; 2002; Г.С. Туманян, 1998, 2000, 2001, 2002; А.С. Кузнецов, 2002; Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев, 2006; А.А. Горелов, 2009 и др.) и при разработке теории профессионально-прикладной физической подготовки (М.И. Виноградов, 1955, 1958; С.А. Косилов, 1965, 1969; В.И. Жолдак, 1971; М. Грененко, Г. Сакоян, 1974; В.И. Ильинич, 1976, 1990; А.А. Горелов, А.И. Крылов, В.В. Соколов, 2007; И.О. Ганченко, Р.С. Ахметов, 2012; S.D. Blacker, D.M. Wilkinson, J.L. Bilzon, M.P. Rayson, 2008 и др.).

Более того, при рассмотрении вопросов о становлении профессионально-прикладной физической подготовки в образовательных организациях МВД (Ю.Ф. Подлипняк, 1985, 1986, 1995; А.В. Гадалов, 1998, 2000; В.А. Овчинников, 2001, 2009, 2010, 2012, 2015; А.А. Ахматгатин, 2010; С.Н. Баркалов, 2010, 2014; А.Э. Болотин, 2014; А.Н. Кулиничев, 2015; Е.Е. Витютнев, 2016 и др.) и о развитии методики формирования прикладных навыков боевых искусств (С.М. Ашкинази, 1989; В.Н. Носуля, 1998; В.А. Овчинников, 2001, 2007, 2009, 2010, 2012; Е.И. Троян, 2006, 2013; А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов, 2009; А.Н. Валиев, 2014, 2015; В.М. Макаров, А.А. Журавлев, 2015; А.Ю. Плешивцев, 2015; А.Ю. Осипов, 2017 и др.) ведущие теоретики в области физической культуры придерживаются мнения о необходимости реализации принципа дифференцирования нагрузки в зависимости от степени присутствия значимых переменных, таких как возраст, половая принадлежность, уровень физической подготовленности, состояние здоровья и индивидуальные особенности, что отражено в ряде учебников и учебных пособий (В.М. Зациорский, 1978; Б.А. Ашмарин, 1987; Л.П. Матвеев, 1987; А.М. Новиков, 1997; Ю.Ф. Курамшин, В.И. Попов, 1999; Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2003 и др.).

Кроме того, если потребность обеспечения равноценной подготовленности взять за основу и всех курсантов готовить с применением одних и тех же средств, методов и методических подходов, то не учитываются сильные стороны подготовленности и сложно определить риски в процессе подготовки и групп

занимающихся, и индивидуумов (это, безусловно, ослабляет качество подготовки специалистов).

Однако выход из данной ситуации есть. Он не заключается в применении одних и тех же средств подготовки мужчин и женщин, так как это не приводит к одинаковому уровню технической подготовленности, равному набору и объему техники. Целью подготовки должно быть обеспечение равных возможностей для мужчин и женщин при выполнении конкретных задач единоборств. В связи с тем, что совокупность применяемых технических действий боевых единоборств достаточно высока, одни и те же результаты достигаются за счет применения разных средств подготовки и разных средств ведения и тактики ведения поединка. По этой причине состав применяемых средств подготовки может быть вариативным, а результат – одинаковым и стабильным.

В образовательных организациях МВД кафедра отвечает за неукоснительное выполнение Государственного образовательного стандарта, регламентирующего состав изучаемых средств и особенности используемой методики. Это связано с тем, что наиболее высокие требования к физической подготовленности сотрудников предъявляются для решения задачи по непосредственной защите закона и применению мер принуждения при задержании правонарушителей. Решающее значение при этом имеет целенаправленное формирование отдельных профессионально важных физических качеств, обеспечивающих эффективное выполнение конкретных двигательных действий, в том числе силового превосходства при единоборстве с правонарушителем, а это означает, что возможные ошибки при разработке собственной методики подготовки могут иметь неблагоприятные последствия.

В таких случаях особое внимание обращается на формирование физической кондиции, умений и навыков. Однако уровень подготовленности без систематических тренировок снижается, поэтому важно научить курсантов основам самоорганизации физического самовоспитания.

Изложенные выше задачи можно решить в процессе организации и проведения внеучебных форм занятий, допускающих вариативность содержания

и применяемых методик. Но реализации этой задачи существенно мешает то обстоятельство, что в применяемых методиках отсутствуют знания о содержании этой подготовки и подходах с учетом психических, физических и физиологических особенностей женщин.

**Степень научной разработанности проблемы.** В настоящее время одной из главных задач теории и методики физического воспитания является обоснование новых тенденций профессионально-прикладного направления физического воспитания в связи с новыми условиями жизни и трудовой деятельности, с появлением новых профессий и новых средств воздействия. Усилиями отечественных ученых (М.И. Виноградов, 1955, 1958; В.В. Белинович, 1961, 1962, 1967; С.А. Косилов, 1965, 1969; В.И. Жолдак, 1971; М. Грененко, Г. Сакоян, 1974; В.И. Ильинич, 1976, 1983, 1990; Л.П. Матвеев, А.Д. Новикова, 1976; Г.Г. Сагонян, 1979; Л.П. Матвеев, 1991, 1996 и др.) была разработана семантика направления профессионально-прикладной физической подготовки, ее целевые установки, определены принципы отбора состава средств, проанализировано значение данного направления в системе физической культуры, то есть сформировано направление как составная часть системы физической культуры, обоснованы ее социальные и педагогические задачи, средства, методы и формы их реализации и многое другое, что позволило обозначить место физической культуры в процессах научной организации труда и определить место физических упражнений при подготовке кадров в системе высшего и среднего образования.

Значительным прорывом в создании системы профессионально-прикладной физической подготовки являются открытие и развитие закономерностей отрицательного и положительного переноса двигательных навыков и двигательных качеств, позволивших поставить процесс отбора состава средств на научную основу, обосновать качественную зависимость состава средств физического воспитания от цели, задач, состава трудовых видов деятельности. Это обстоятельство обеспечило возможность адаптации процесса и содержания профессионально-прикладной физической подготовки к



осваиваемым профессиям, что нашло отражение в научных исследованиях ученых и практиков (В.И. Загорский, 1976, 1981; А.А. Попов, 1977; С.Л. Резусов, 1978; А.И. Гералис, 1979; В.И. Ильинич, 1980, 1983; В.М. Наскалов, 1981; А.М. Кандауров, Е.А. Полунин, 1984; С.Г. Филановский, Т.С. Щелканова, 1984; Р.Т. Раевский, 1985; К.А. Алимова, 1986; Е.Ф. Минин, 1988; С.А. Полиевский, И.Д. Старцева, 1988; А.А. Бишаева, Г.А. Горяцкая, 1991; С.С. Коровин, 1997 и др.), а также в диссертационных работах по вопросам организации и проведения этого процесса (Р.А. Ахтаов, 1994; К.Д. Сташ, 2000; А.В. Парамонов, 2006; Д.Е. Бахов, 2009 и др.).

Развитие системы физической культуры нашего государства, учет этой системы и опора на нее как на исторически доказавшие свою состоятельность ресурсы привело к возрождению в России традиции использования нормативно-программной основы физического воспитания и его развития путем принятия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, положение которого утверждено в Постановлении Правительства РФ от 30.12.2015 г. за № 1508. Это обстоятельство позволило системе профессионально-прикладной физической подготовки определить этапные нормативные требования и программные основы своего развития.

Следует подчеркнуть, что в историческом развитии профессионально-прикладной физической подготовки как составной части системы физического воспитания внутри нее, в некоторых случаях оказываясь на переднем плане в зависимости от исторического этапа развития государства, развивалась военно-прикладная физическая подготовка. Поэтому неслучайно, что представители военных и военизированных структур всегда уделяли особое внимание профессионально-прикладной физической подготовке, а точнее, военно-прикладной ее составляющей.

Поэтому профессионально-прикладной физической подготовке в системе МВД и в образовательных организациях МВД уделяется огромное внимание как вопросам содержания процесса подготовки, так и разработке закономерностей ее организации. В специальной литературе представлены данные, связанные с

определением места спорта и физической подготовки как процесса в системе общей профессиональной подготовки курсантов и будущих сотрудников органов МВД (Ю.Ф. Подлипняк, 1985, 1986, 1995, 2016; А.В. Алдошин, 2010, 2014; А.А. Ахматгатин, 2013; А.Н. Валиев, А.Н. Молоствов, 2014; И.В. Герасимов, А.В. Алдошин, 2014; А.А. Гусев, 2014; Р.В. Еремин, 2014; В.М. Макаров, И.П. Долгих, 2014; Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, 2015; А.Н. Бокий, 2015; И.П. Долгих, 2015; А.Н. Кулиничев, 2015; А.П. Мартынов, 2017; В.С. Мещеряков, 2017). Широко обсуждаются вопросы, связанные с определением особенностей подготовки в специализированных направлениях деятельности и в процессе подготовки к конкретным профессиональным задачам (А.В. Гадалов, 1998, 2000; В.И. Косяченко, 2000; В.В. Ноздрачев, 2000; С.Н. Баркалов, 2010; В.А. Хромов, 2013; А.А. Ахматгатин, 2016; Е.Е. Витютнев, 2016; В.М. Гуралев, 2016; В.М. Дворкин, 2018), а также методические особенности построения профессионального развития курсантов вузов средствами физических упражнений (В.Г. Колюхов, 2006; В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, В.И. Степанюк, 2006; А.В. Парамонов, 2006; С.В. Непомнящий, 2009; Ю.В. Муханов, 2011; И.О. Ганченко, Р.С. Ахметов, 2012; А.Э. Болотин, 2014 и др.).

Являясь составной частью физической культуры общества, образовательные организации МВД придерживаются общих подходов к профессионально-прикладной физической подготовке, но, кроме того, рассматривают особенности ее построения, основные направления, состав применяемых средств и многие другие важные компоненты.

Система построения процесса подготовки специалистов в образовательных организациях МВД строится на основе современных подходов, изложенных в Законе об образовании, в подзаконных актах и нормативных документах вышестоящих органов, способы реализации которых широко представлены в работах В.А. Овчинникова (период с 2000 по 2020 годы) и Ю.Ф. Подлипняка (период с 1980 по 2015 годы).

Мнение Ю.Ф. Подлипняка долгое время отражало ведущие подходы и понимание целей и задач системы МВД, в силу чего было сконцентрировано на

обеспечении высокого уровня физической подготовки. Названия учебных предметов и их содержание в образовательных стандартах и учебных планах отражали этот подход. Нельзя сказать, что подход устарел, но процессы, происходящие в обществе, и система реализации данного направления физического воспитания стала меняться. Одновременно активизировались две составляющие, непосредственно влияющие на цель образования в области физической культуры. При этом первая составляющая лежит в плоскости гуманизации высшего образования и потребности формирования компетенций. Данная проблема не входит в суть предмета нашего исследования, поэтому ограничимся ссылками на работы, рассматривающие некоторые важные стороны данного вопроса, такие как методологические основы построения процесса формирования компетенций, интеграционное взаимодействие компонентов, содержание, основополагающие методики и др. (Н.Ф. Талызина, 1986; О.А. Абдулина, 1993, 1998; В.И. Курушин, 2004; В.С. Астафьев, 2008; А.Г. Попов, 2009; В.А. Фетисов, 2011; А.Э. Болотин, 2014; А.А. Горелов, В.Л. Кондаков, В.П. Сущенко, 2014; А.Н. Бокий, 2015 и др.).

В данном диссертационном исследовании не ставилась задача изложить ретроспективу указанного аспекта, но на основе изложенных идей и выявленных путей решения проблем были уточнены некоторые представления о рассматриваемом вопросе.

В 1990-е годы в России стремительно теряется значимость идеи воспитания человека для государства и набирает значительный вес идея самооценности личности. В системе физического воспитания теоретические основы данного подхода изложены в трудах академика РАО, профессора В.К. Бальсевича, профессора Л.И. Лубышевой, их сподвижников и учеников (Н.Н. Визитей, 1989; В.К. Бальсевич, 1991, 2001, 2006; В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева, 1992, 2003; Л.И. Лубышева, 1992, 1993, 1994, 1997, 2000, 2002, 2006; Н.Х. Хакунов, 1994, 1995; В.К. Бальсевич, Г.Г. Наталов, Ю.К. Чернышенко, 1997; А.В. Лотоненко, 1998; М.Я. Виленский, 1999, 2000 и др.). Совместными усилиями ведущих ученых в области физического воспитания были обоснованы пути

формирования физической культуры личности в ходе применения физических упражнений.

Становится очевидным, что акцент в технологии формирования физической культурной личности будет постепенно переноситься на все направления физического воспитания. В этой связи обращают на себя внимание первые попытки перехода от идеологии формирования физической подготовленности к формированию физической культуры в области профессиональной подготовки, сделанные Р.А. Ахтаовым (1994) в кандидатской диссертации на тему «Формирование общей и профессиональной физической культуры в системе профессионально-технического обучения» и Н.Х. Хакуновым (1995) в докторской диссертации на тему «Формирование физической культуры личности в учебных заведениях разного типа». Однако к этому моменту идея еще не была до конца понята и принята в полной мере.

В 2009 году А.Ю. Буздовым была завершена и защищена кандидатская диссертация на тему «Технология формирования физической культуры личности курсантов военного вуза», результаты которой значительно приблизили отечественную теорию к идее необходимости совершенствовать военно-прикладную физическую культуру личности.

Следовательно, к 2010 году накопились идеологические, теоретические и эмпирические основания для обоснования системы формирования профессионально-прикладной физической культуры, и данная система профессионально и эффективно должна была внедрена в образовательных организациях МВД. В.А. Овчинников (2012) в своей докторской диссертации на тему «Система формирования профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей вузов МВД России» обосновал необходимость, значение, условия и способы формирования профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей образовательных организаций МВД. Значимость этой работы заключалась в обосновании перехода от цели – формирование профессионально-прикладной физической подготовленности – к реализации идей о личностной физической культуре.

Данный аспект в предлагаемой диссертационной работе не рассматривается и не является доминирующим, но элементы используются в доказательной базе при оценке результатов исследования.

Одним из наиболее изученных направлений профессионально-прикладной подготовки работников и студентов образовательных организаций МВД является процесс формирования навыков боевых единоборств, что обуславливается рядом факторов:

1) высокой степенью развития наук входящих в состав единоборств видов подготовки спортсменов (борьба вольная, греко-римская борьба, самбо, дзюдо, бокс, разделы восточных единоборств и др.);

2) значимостью навыков ведения боевых единоборств для сохранения собственного здоровья, собственной жизни, жизни и здоровья окружающих, для реализации профессиональных задач;

3) длительностью вхождения единоборств в систему профессиональной подготовки.

По этой причине в системе профессионально-прикладной подготовки успешно изучены компоненты обучения боевым единоборствам в таких ее направлениях, как:

– сущностные характеристики боевых приемов единоборств и закономерности их применения (А.В. Гадалов, 1998, 2000; В.А. Овчинников, 2011; А.Н. Валиев, Ш.Р. Ахметов, 2014; Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, 2015; В.М. Макаров, А.А. Журавлев, 2015; Б.Г. Карачев, М.Ю. Нохрин, 2017 и др.);

– техника приемов и методика их изучения (В.Г. Колухов, В.И. Лисицин, В.Ф. Улыбышева, 1998; В.В. Ноздрачев, 2000; В.А. Овчинников, 2001; Е.И. Троян, 2006, 2013; Й. Абернети, 2007; В.А. Овчинников, Р.А. Исаев, Ю.А. Шапошников, 2012; К.Ю. Чернышенко, Е.Е. Витютнев, 2013; А.Ю. Плешивцев, 2015; А.Ю. Осипов, 2017);

– формы, методы и средства обучения приемам единоборств (В.М. Миленин, О.Ю. Уфимцев, Ю.Л. Драло, 2002; А.Н. Валиев, Ш.Р. Ахметов, 2015);

– критерии и способы оценки уровня технической и тактической подготовленности (И.О. Киреев, 1995; В.А. Овчинников, 2007, 2009, 2010; И.О. Ганченко, Р.С. Ахметов, 2012; А.А. Ахматгатин, 2016).

Процесс изучения особенностей общей и физической подготовки девушек-курсантов в образовательных организациях МВД в отечественной педагогике стал рассматриваться недавно. Исходя из состояния уровня развития науки в области профессионально-прикладной физической подготовки, в немногочисленных работах преимущественно анализируются социологические проблемы (В.В. Романова, 2007; Н.Е. Браженская, 2011; О.В. Кузнецова, 2016), связанные с местом профессии в их жизни.

Кроме того, публикуются немногочисленные работы, определяющие место профессионально-прикладной физической подготовки в системе обучения девушек-курсантов (Тапунов Ю.Н., 2010; С.А. Моськин, 2014; А.Н. Воротник, А.И. Ткаченко 2015; В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2016; М.В. Гусева, 2017; Е.В. Насадюк, 2018; Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин, Е.А. Алдошина, 2019). Понятно, что в таком количестве публикаций невозможно охарактеризовать все направления профессиональной подготовки и обобщить необходимые знания во всей совокупности процессов, а поиск литературы по проблемам обучения девушек-курсантов не дал существенных результатов. Установлено, что были предприняты попытки установить пути оптимизации владения боевыми приемами борьбы сотрудниками-женщинами в органах МВД России (А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов, 2009), а также представлены результаты проведенного В.А. Овчинниковым (2012) сопоставительного анализа технической подготовленности в единоборствах с целью обоснования методов и критериев оценки уровня технико-тактической подготовленности курсантов.

Таким образом, можно констатировать, что особенности обучения приемам единоборств женщин и их подготовки к будущей деятельности в научной литературе представлены слабо.

Однако положение не является критичным, так как:

– основополагающие подходы к обучению приемам боевых единоборств для лиц мужского пола изучены, и они могут стать основой создаваемой методики;

– хорошо изучены в смежных видах спорта приемы, которые могут обеспечить состав средств формирования арсенала техники боевых единоборств у девушек-курсантов в образовательных организациях МВД: бокс (А.И. Булычев, 1959; К.В. Градополов, 1965; А.Н. Алимов, 2008; Ю.А. Шулика, А.А. Лавров, 2009; А.А. Близнюк, 2011), рукопашный бой (С.М. Ашкинази, 1989, 2001; И.Л. Борщёв, 1990; Г.А. Бурцев, С.Г. Малашенков, 1992), самбо (В.П. Волков, 1940; А.А. Харлампиев, 1952; В.А. Спиридонов, 2005), дзюдо (В.И. Силин, 1980; Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев, 2006; М. Оуама, 1965; Abe, 1968), борьба (Н.М. Галковский, 1952, 1968; А.П. Купцов, 1978; И.И. Алиханов, 1986; Г.С. Туманян, 2000), восточные единоборства (К. Гил, 1993; Ояма, Масутатсу, 2000; N.G. Yamaguchi, 1975; Ueshiba, Morihei, 1997; A. Pfluger, 1966; М. Оуама, 1965 и др.);

– выявлены особенности процесса построения системы занятий у женщин в смежных видах борьбы, что может стать основой методики подготовки к выполнению техники боевых единоборств в условиях профессиональной деятельности (О.В. Коптев, 1991; В.В. Извеков, 1992, 2001; И.Г. Манолаки, 1993; О.А. Угольникова, 2004; С.Б. Элипханов, 2013 и др.).

Система подготовки курсантов включает в себя равноценные формы учебных занятий, самоподготовку и внеурочные формы занятий. Не является исключением и профессионально-прикладная подготовка, а также подготовка курсантов по единоборствам. Однако в доступной литературе не удалось найти системные рекомендации по определению направлений, составу средств педагогического воздействия и по другим компонентам методики. Если по подготовке лиц мужского пола имеются некоторые инструкции, касающиеся общих вопросов организации внеучебного процесса и самостоятельной подготовки (Ф.К. Зиннуров, 2012; А.Э. Болотин, 2014; А.Э. Болотин, А.Н. Сивак, 2014; Р.А. Муслимов, 2014; А.П. Мартынов, 2017; Д.А. Кузнецов, К.Ю. Хаченкова, 2019), то специально организованные исследования по определению

содержания и методики построения этих форм занятий с целью обучения или совершенствования техники и для мужчин, и, что закономерно, для женщин практически отсутствуют.

Таким образом, в современной теории и методике профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД появляется научное противоречие между потребностью в методике формирования арсенала техники боевых приемов единоборств у девушек-курсантов во внеучебное время и невозможностью ее создания в силу отсутствия знаний о совокупности методов, методических приемов и организации деятельности обучающихся во внеучебное время, о целевых установках, направлениях воздействия, составе применяемых средств, о методических особенностях обучения основополагающим техническим действиям, об инструментарии воздействия и способах оценки качества реализации цели и других составляющих.

Поэтому обращение к изучению процесса и методики формирования арсенала техники боевых единоборств у девушек-курсантов в образовательных организациях МВД во внеучебное время является актуальным.

**Проблема исследования** заключается в поиске ответа на следующий вопрос: как построить процесс формирования арсенала техники приемов боевых единоборств у девушек-курсантов в образовательных организациях МВД во внеучебное время?

**Объект исследования:** профессионально-прикладная физическая подготовка девушек-курсантов образовательных организаций МВД в процессе изучения арсенала боевых приемов единоборств.

**Предмет исследования:** методика формирования арсенала боевых приемов единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время.

**Цель:** теоретически обосновать и экспериментально апробировать методику формирования арсенала боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время.



**Гипотеза исследования:** задача формирования арсенала боевых приемов единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время может быть успешно решена, если процесс будет соотнесен с идеями формирования личностной профессионально-прикладной физической культуры занимающихся, определены и реализованы основные направления и содержание процесса, выявлен необходимый объем технической подготовленности, обоснованы пути и методические особенности их реализации, создана и реализована целостная методика формирования арсенала боевых приемов единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время, включающая всю совокупность ее составляющих, а также обеспечено их активное участие в процессе выполнения заданий для самостоятельной и внеучебной форм занятий.

Реализация поставленных целей потребовала решения следующих **задач:**

1. Выявить основные направления и содержание процесса формирования арсенала боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время.
2. Обосновать состав арсенала приемов единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД и описать приемы выведения из равновесия и переводов в партер.
3. Обосновать методику формирования арсенала приемов боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время.
4. Экспериментально обосновать эффективность методики формирования базового арсенала приемов боевых единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время.

**Методологической основой** исследования явились современные представления о сущности и ведущей роли деятельности в становлении организма человека и человека как личности; о материальности, системности и всеобщности связей явлений окружающего мира; о духовной и культурной

сущности в личностном развитии человека, о роли труда и трудовой деятельности в личностном развитии человека и общества.

Исследования опираются на основные положения совокупности подходов, включающих в себя диалектический (позволяющий обеспечить понимание логики генезиса познавательной деятельности и формирования объема техники), синергетический (позволяющий определить пути проектирования открытых и саморазвивающихся педагогических систем), деятельностный (обеспечивающий рассмотрение процесса как результат деятельности его участников).

Диссертационная работа в части ее построения, исполнения и описания опирается на научные идеи методологии и методики научных исследований, изложенных в работах В.И. Загвязинского (2005), В.В. Краевского (1989, 1991, 2006) Ф.А. Кузина (2003); Г.И. Рузавина (1999), М.Н. Скаткина (1986), С.Н. Бегидовой и В.С. Бегидова (2010), К.Д. Чермита (2012), К.Д. Чермита, С.К. Бондыревой, А.А. Горелова (2015).

**Теоретическую основу исследования составляют** современная концепция профессиональной подготовки (О.А. Абдулина, 1993; А.Я. Савельев, 1994; В.Д. Шадриков, 1996; А.М. Новиков, 1997; Г.К. Селевко, 1998; А.В. Хуторской, 1998; В.И. Байденко, 1998; С.Д. Неверкович, 2004 и др.), комплекс научных идей о закономерностях, принципах, функциях и особенностях построения профессионально-прикладной физической подготовки работников МВД (Ю.Ф. Подлипняк, 1995; В.В. Яншин, 1989; А.В. Гадалов, 2000; В.И. Косяченко, 2000; В.Г. Колюхов, 2006; А.А. Горелов, А.И. Крылов, В.В. Соколов, 2007; В.А. Овчинников, 2009; А.Г. Попов, 2009; Ю.В. Муханов, 2011; С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2014; Е.Е. Витютнев, 2016 и др.), в том числе и области построения системы подготовки в единоборствах (В.В. Ноздрачев, 2000; В.М. Миленин, О.Ю. Уфимцев, Ю.Л. Драло, 2002; В.А. Овчинников, 2009; Е.И. Троян, 2013; А.Н. Валиев, 2014; В.М. Макаров, И.П. Долгих, 2014; А.Ю. Плешивцев, 2015; Б.Г. Карачев, М.Ю. Нохрин, 2017 и др.), научные идеи теории формирования профессионально-прикладной физической культуры (С.Д. Шамрай, 2000; К.Д. Чермит, 2005; А.Ю. Буздов, 2008; В.А. Овчинников, 2009 и др.).

др.), идея гендерного дифференцирования воздействия в системе спорта и физического воспитания (Л.П. Матвеев, 1991; И.Г. Манолаки, 1993; Ю.Ф. Курамшин, 1999; В.В. Извеков, 2001; О.А. Угольников, 2004; Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов, 2004; С.Б. Элипханов, 2013 и др.) и в процессе профессионально-прикладной физической подготовки (Г.Г. Сагонян, 1979; В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, В.И. Степанюк, 2006; Ю.Н. Тапунов, 2010; М.В. Гусева, 2017; Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин, Е.А. Алдошина, 2019 и др.).

**Научная новизна исследования** заключается в следующем:

1. Выявлены основные направления формирования арсенала боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время, включающие в себя выбор оптимального состава и объема изучаемой техники, обеспечение интегративного взаимодействия содержания обязательных и внеурочных форм обучения, овладение объемом техники единоборств, обеспечение достаточного уровня теоретической подготовленности, формирование опережающего оперативно-тактического мышления.

2. Определены основные и вспомогательные технические действия, составляющие содержание обучения, обоснованы способы их выполнения на этапах обучения. Обоснован арсенал приемов боевых единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД, включающий базовые приемы борьбы, удары руками и ногами, переводы в партер и выведение из равновесия, комбинации приемов, группа приемов самозащиты с применением женских аксессуаров.

Предложена классификационная решетка приемов перевода в партер в боевых единоборствах, обеспечивающих создание действия исходя из совокупности биомеханических особенностей выполняемого движения, созданы кинограммы и описан ряд приемов выведения из равновесия и переводов в партер.

3. Установлены методические особенности построения занятий боевыми единоборствами девушек-курсантов образовательных организаций

МВД (обеспечение реализации новой сущности профессионального развития и роста личности как предметно-познавательного, социально активного субъекта активности; применение многообразия форм физической подготовки; обеспечение понимания общих основ тактики ведения боевого поединка и тактики поведения; развитие умения оценить верность действий в различных ситуациях при отборе и выполнении технико-тактических действий, при применении приемов боевого единоборства), что позволяет во внеучебное время реализовать выделенные основные направления деятельности.

4. Разработаны компонентные составляющие процесса формирования арсенала приемов боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время (включающие в себя целеполагание, направления воздействия, состав применяемых средств и их последовательность, методические особенности обучения основополагающим техническим действиям, инструментарий оценки качества реализации цели, способы и приемы педагогической коррекции) и создана методика, соединяющая их воедино для обеспечения готовности к применению боевых приемов единоборств в будущей профессиональной деятельности.

5. Экспериментально доказанная эффективность методики формирования базового арсенала приемов боевых единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время, обеспечивающая изучение технических действий, которые применяются в боевых условиях, и опережающее формирование у занимающихся оперативно-тактического мышления как компенсаторного образования для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в следующем:

1. Обоснована идея дифференцированного по половому признаку формирования арсенала приемов боевых единоборств и целевых установок подготовки девушек-курсантов в образовательных организациях МВД, что дополняет раздел теории и методики физического воспитания, определяющий

принципы построения профессионально-прикладного и военно-прикладного разделов.

2. Расширен диапазон знаний по теории формирования военно-прикладной физической культуры личности девушек-курсантов университетов МВД за счет создания целостного образовательно-воспитательного пространства внеучебной подготовки и обеспечения интеграционного взаимодействия содержания обязательных, самостоятельных и внеучебных форм занятий боевыми единоборствами.

3. Организация физического воспитания как раздела теории физического воспитания и развития личности расширена новыми знаниями, позволяющими создать и обеспечить эффективное функционирование среды формирования компонента профессионально-прикладной физической подготовки у девушек-курсантов в образовательных организациях МВД и физическую и двигательную готовность к применению арсенала техники боевых единоборств в условиях профессиональной деятельности.

4. Выявлен комплекс условий и ресурсов, реализация которых обеспечит теоретические основания для создания эффективной системы внеучебной работы по формированию готовности девушек-курсантов образовательных организаций МВД в будущей деятельности.

5. Теория и методика профессионально-прикладной подготовки к применению боевых приемов единоборств дополнена совокупностью описанных средств и приемов, применимых в целях подготовки женщин-сотрудниц органов МВД. Описаны условия, инструментарии, методические приемы и другие компоненты методики подготовки девушек-курсантов.

**Практическая значимость.** Разработанная методика формирования базового арсенала приемов боевых единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время обеспечивает дифференцирование процесса их подготовки, способствует повышению уровня овладения объемом техники единоборств, знаний теоретической подготовленности и степени сформированности опережающего оперативно-

тактического мышления, приводит к воспитанию глубокого понимания значимости будущей профессиональной деятельности и позитивного отношения к ней.

Обобщенный и систематизированный в диссертации материал может быть использован при разработке технологии профессионально-прикладной физической подготовки и методики формирования профессионально-прикладной физической культуры девушек-курсантов других учебных заведений военизированного типа.

Результаты анализа полученных в диссертации материалов могут быть использованы в процессе подготовки студентов, а также для повышения квалификации и профессиональной переподготовки работников сферы физической культуры, формирования представлений о профессионально-прикладной физической подготовке, об условиях определения состава средств и применении в ней общих принципов теории физической культуры.

Описанные и продемонстрированные в кинограммах приемы можно с успехом применять в ходе обучения боевым единоборствам и боевым приемам борьбы, в процессе профессионального обучения студентов и обучающихся других учебных заведений, в которых данные предметы изучаются в соответствии с Государственными образовательными стандартами.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Основными направлениями деятельности по формированию арсенала приемов боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время являются выбор оптимального состава и объема изучаемой техники, обеспечение интегративного взаимодействия содержания обязательных и внеурочных форм обучения, овладение объемом техники единоборств, обеспечение достаточного уровня теоретической подготовленности, формирование опережающего оперативно-тактического мышления. Содержание процесса (состав арсенала, название и условия их выполнения, компоненты и этапы обучения, комбинаций и др.) должно обеспечить реализацию выделенных направлений деятельности.

2. Состав арсенала единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД включает базовые приемы борьбы, удары руками и ногами, переводы в партер и выведение из равновесия, комбинации приемов, группу приемов самозащиты с применением женских аксессуаров. Предложенная решетка классификации переводов в партер в боевых единоборствах обеспечивает определение названия действия и ее описание с созданием кинограмм.

3. Методика формирования арсенала приемов боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время должна обеспечивать дифференцирование целевых установок, состава средств, методических приемов и содержания разделов подготовки на основе учета гендерных особенностей занимающихся и направлена на изучение технических действий, применяемых в боевых условиях, на опережающее формирование у занимающихся оперативно-тактического мышления как компенсаторного образования для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития.

4. Методика формирования арсенала приемов боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время, конкретизирующая целеполагание, направления воздействия, состав применяемых средств и их последовательность, методические особенности обучения основополагающим техническим действиям, инструментарий оценки качества реализации цели, способы и приемы педагогической коррекции, является эффективной.

**Апробация и внедрение результатов** исследования осуществлялась в течение всего периода исследования путем: а) публикации статей в научных изданиях; б) выступлений и их обсуждения на конференциях различного уровня. Всего опубликовано 12 статей, из них 6 – в журналах, включенных в Перечень ВАК. После завершения экспериментальной части исследования проведено внедрение результатов в деятельность трех учебных заведений (Адыгейский государственный университет, Институт физической культуры и дзюдо, Краснодарский университет

Министерства внутренних дел Российской Федерации: МБУ МОГК СШОР №5 по борьбе имени казачьего атамана Чепеги З.А.)

**Структура и объем диссертации.** Работа состоит из введения, трех глав, заключения, выводов, библиографии, 20 приложений. Список литературы включает 266 наименований, из них 19 на иностранных языках. Общий объем диссертации составляют 256 страницы компьютерного текста, иллюстрированного 17 таблицами и 48 рисунками.



# **ГЛАВА 1. НАУЧНО-ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ФОРМИРОВАНИЯ ТЕХНИКИ ВЫПОЛНЕНИЯ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ ЕДИНОБОРСТВ У ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД**

## **1.1. Место физической подготовки в обеспечении готовности курсантов вузов Министерства внутренних дел к будущей профессиональной деятельности**

Экономический кризис, который наблюдался в девяностые годы прошлого столетия в России, вызвал у народа неоднозначную реакцию на предлагавшиеся подходы преодоления создавшегося положения, о чем свидетельствуют результаты многочисленных социологических опросов и экспертных оценок. Часть населения связывала рост благосостояния людей с развитием государства и государственности, с возвратом к советским порядкам, другая часть подчеркивала необходимость либерализации и повышения роли и значения личности, отказ от идеологии как основы принятия важных решений, с другой стороны, предлагались и обсуждались и другие подходы. Но при этом все «общество поддерживает совершенно естественные требования – восстановить порядок, подавить преступность, обеспечить равенство граждан перед законом» (Ю.Е. Федоров, 1999). То есть общество в очередной раз осознало, что борьба с преступностью является важнейшей государственной и общественной задачей, решение которой не может быть перенесено ни на какое другое время, т.к. преступность есть порождение экономических и политических проблем.

Основную деятельность по организации защиты прав и свобод человека и гражданина в РФ осуществляют органы внутренних дел РФ, а непосредственное обеспечение правопорядка и общественной безопасности обеспечивают работники служб, подчиняющиеся им. Кроме этого, органы внутренних дел РФ в системе государственных органов исполнительной власти призваны защищать жизнь, здоровье, права и свободы граждан, собственность, интересы общества и

государства от преступных и иных противоправных посягательств. То есть обеспечение правопорядка, законности и внутренней безопасности государства, безопасности общества и личности, борьбу с преступлениями и иными правонарушениями государство и общество поручают работникам МВД (А.В. Гадалов, 2000; В.И. Курушин, 2004; Федеральный закон «О полиции» от 7 февраля 2011 г.; А.Н. Бокий, 2015; Е.Е. Витютнев, 2016 и др.).

Широкий круг решаемых при этом задач обуславливает большое количество профессиональных видов деятельности, из которых каждый требует высокого профессионализма и высокого уровня подготовленности (Ю.Ф. Подлипняк, 1986; В.А. Овчинников, 2009; В.А. Хрисанов, В.Л. Михайликов, С.А. Ермоленко, 2013; В.М. Гуралев, А.В. Гуралев, А.Ю. Осипов, В.А. Филиппович, 2016 и др.).

В образовательных организациях МВД обеспечивается процесс обучения и воспитания будущих специалистов (В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, В.И. Степанюк, 2006; Ф.К. Зиннуров, 2012; С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2014; А.Э. Болотин, 2014; Е.А. Николаенко, С.Н. Махина, 2015; А.Ю. Осипов, В.М. Гуралев, А.А. Евтушенко, 2017 и др.) в соответствии с требованиями государства и общества, изложенных в целом ряде основополагающих документов (Приказ МВД России «Об организации профессиональной подготовки личного состава органов внутренних дел», 1991; В.И. Байденко, 1998; Примерная программа учебной деятельности для образовательных учреждений МВД России, 2007; В.А. Овчинников, 2008; Федеральный закон «О полиции», 2011).

Содержание процесса обучения определяется государственными образовательными стандартами, в которых также отражены некоторые требования к развитию личности, указаны направления воспитательной работы. Однако в общей системе подготовки работников МВД России особое значение придается совершенствованию воспитательного процесса, так как формирование целостной личности, понимающей, мотивированной, честной, физически и умственно способной и готовой успешно выполнять возложенные задачи является залогом жизнеспособности государства и общества.

В соответствии с общей стратегией построения системы высшего образования и на основании Федерального закона «Об образовании» основополагающим документом, определяющим целевые установки направлений подготовки и их характеристики, виды профессиональной деятельности, к которым готовится студент, требования, которые предъявляются к результатам профессионального образования, структура и содержание образования представляются в Федеральных государственных образовательных стандартах. Тем самым обеспечиваются единый подход к подготовке кадров на территории всего государства, единство и преемственность различных уровней образования в образовательном поле России.

В ныне действующем федеральном государственном образовательном стандарте по направлению подготовки (специальности) 031001 «Правоохранительная деятельность» в компетенции специалиста включена «способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, применять методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, поддержания должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной профессиональной деятельности (ОК-13)» и обозначены предметы и содержание подготовки к реализации этой задачи.

В другом стандарте, который утверждён приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 1 февраля 11 г. № 132 по направлению подготовки 090915 «Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере», подчеркивается, что выпускник должен обладать такими общекультурными компетенциями, как:

– «способность проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психического состояния (ОК-6)»;

– «способность организовать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, достигать и поддерживать должный уровень физической подготовленности, необходимой для обеспечения социальной активности и полноценной профессиональной деятельности (ОК-12)»;

– «способность анализировать свои возможности, самосовершенствоваться и повышать свой интеллектуальный и общекультурный уровень, профессиональную квалификацию, развивать социальные и профессиональные компетенции, изменять вид и характер своей профессиональной деятельности, адаптироваться к изменяющимся социокультурным условиям и меняющимся условиям профессиональной деятельности (ОК-13)».

Подобные нормы прописаны во всех проанализированных государственных стандартах, где указывается, что выпускник допускается к работе в области правоохранительной деятельности, что ему позволяется участвовать в обеспечении соблюдения законности и правопорядка, в предупреждении, выявлении, пресечении и участии в раскрытии преступлений и иных правонарушений. В этой связи основная образовательная программа подготовки специалиста предусматривает обязательное включение в образовательный процесс предметов по физической культуре. В дальнейшем речь будет идти именно об этих направлениях подготовки.

Следует также подчеркнуть тот факт, что стандарт обязывает высшее учебное заведение в обязательном порядке создавать условия обучающимся для внеучебных занятий физической культурой самостоятельно или под руководством преподавателя.

Воспитание курсантов следует понимать как целенаправленную и планомерную деятельность государства, общества, учебных заведений и других институтов образования и воспитания по формированию и развитию личности курсантов (В.А. Овчинников, 2010), осуществляемую в соответствии с установленными требованиями, которые должны обеспечивать готовность

сотрудников к выполнению задач по сохранению правопорядка, законности и внутренней безопасности государства, общества и личности и которые осуществляют целенаправленную борьбу с преступлениями и правонарушениями. Таким образом, воспитание курсантов обеспечивается за счет создания определенной среды, совокупности мероприятий, отношений, воздействий и взаимодействий, позволяющих накапливать опыт общественно приемлемого жизненного и профессионального поведения, чем создаются предпосылки для успешной профессиональной самореализации (Ю.Ф. Подлипняк, 1986; С.Д. Шамрай, 2000; Г.И. Уразаева, 2012; В.А. Хрисанов, В.Л. Михайликов, С.А. Ермоленко, 2013; А.В. Горбатенко, А.В. Апальков, С.И. Ананьев, 2015; О.В. Кузнецова, 2016; Т. Heir, G. Eide, 1997; Н. Taanila, J. Suni, Н. Pihlajamaki, V.M. Mattila, О. Ohrankammen, Р. Vuorinen, J. Parkkari, 2009; Н. Larsson, L. Broman, К. Harms-Ringdahl, 2009 и др.).

Одним из важнейших направлений развития и совершенствования личности курсантов образовательных организаций МВД является формирование у них общей и профессиональной физической культуры, «представляющей собой персонифицированный комплекс способностей человека, его знаний, умений и навыков к творческой самоорганизации и управлению развитием своих физических и духовных возможностей» (В.А. Овчинников, 2015), и обеспечение реализации ее компонента, каковым является обеспечение профессионально-прикладной физической подготовленности (К.Д. Чермит, М.М. Эбзеев, Н.Х. Хакунов, 2007; К.Д. Чермит, Н.А. Цеева, 2008; В.А. Овчинников, 2010).

Другим документом, определяющим содержание и общие направления методики физического воспитания в образовательных организациях МВД, являются «Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» («Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации: приказ МВД России от 13 ноября 2012 г. № 1025 дсп.»). Так как в документе определены требования к профессиональной готовности, которые должны выполняться выпускниками, в образовательной организации ведется

подготовка к сдаче определенных нормативов в виде тестовых заданий по физической подготовленности и в виде проверки степени усвоения двигательных навыков. При этом обозначены не только обязательные требования к подготовке выпускников, но и перечислены методы, формы, средства обучения и контроля.

В Наставлении точно сформулирована цель физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, а значит, и профессионально-прикладной физической подготовки студентов образовательных организаций МВД: «совершенствование физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, в том числе к действиям в условиях, связанных с применением физической силы и боевых приемов борьбы». Для решения этой целевой установки предполагается «формирование профессионально важных физических качеств и служебно-прикладных двигательных навыков, в том числе боевых приемов борьбы...»; подчеркнем при этом значение данного раздела как важнейшей составляющей «профессионального мастерства сотрудников органов внутренних дел» (Наставление, пункт 1.3).

Требования общества и государства, предъявляемые к видам профессиональной деятельности сотрудников органов внутренних дел, составляют основу подготовки и позволяют определить направления, которые отражены в общих чертах в «Наставлении по организации профессиональной подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации» (Приказ МВД РФ от 28-10-2006 № 860) и в государственных образовательных стандартах. Направления и требования по физической подготовке также изложены в «Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», в программе и методических рекомендациях по преподаванию учебного предмета «Физическая подготовка». Таким образом, процесс физической подготовки курсантов в образовательных организациях МВД происходит в форме обязательных занятий, содержание их определяется государственным образовательным стандартом, исполнение которого является обязательным, а также в виде разнообразных внеурочных занятий, перед которыми официальные документы ставят в основном задачи и определяют

направления воздействия, не устанавливая при этом применяемый набор средств, методических приемов и методов подготовки.

В «Наставлении по организации профессиональной подготовки сотрудников внутренних дел Российской Федерации» (Приказ МВД РФ от 28-10-2006 № 860) среди основных задач профессиональной подготовки к интересующему нас в соответствии с темой диссертации вопросу относятся несколько пунктов, в которых зафиксирована необходимость:

- обучения сотрудников умелым и эффективным действиям, обеспечивающим успешное выполнение оперативно-служебных и служебно-боевых задач;

- обучения сотрудников приемам и способам обеспечения профессиональной и личной безопасности в чрезвычайных обстоятельствах и в экстремальных условиях служебной деятельности;

- выработки и постоянного совершенствования у сотрудников практических умений и навыков применения мер принуждения с соблюдением норм законодательства Российской Федерации и прав человека;

- поддержания у сотрудников постоянной готовности решительно и умело пресекать противоправные деяния, используя физическую силу, специальные средства и огнестрельное оружие;

- совершенствования навыков обращения со специальной техникой и специальными средствами (Приказ МВД РФ от 28-10-2006 № 860).

Для реализации этих задач сотрудникам органов внутренних дел Российской Федерации в соответствии с «Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» приказано проводить (пункт 2.2.):

«2.2.1. Практические занятия по физической подготовке с сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации – не реже 1 раза в неделю (2 часа).

2.2.2. Контрольные занятия по физической подготовке с сотрудниками органов внутренних дел Российской Федерации – не реже 2 раз в год.

2.2.3. Занятия-тренажи перед заступлением на службу нарядов патрульно-постовой службы полиции, дорожно-патрульной службы, вневедомственной охраны, а также сотрудников, входящих в группы немедленного реагирования, по закреплению навыков выполнения боевых приемов борьбы и быстрой изготовки к стрельбе – ежедневно».

При этом в «Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации» в пунктах 2 и 3 определяется важнейшее место, которое занимает процесс физической подготовки в системе профессионального мастерства сотрудников органов внутренних дел, определяется совокупность профессионально важных физических качеств и двигательных навыков, особо подчеркивается при этом значимость владения боевыми приемами борьбы, которые относятся в пункте 9.3. к служебно-прикладным упражнениям (упражнения, соответствующие профессиональным действиям сотрудников органов внутренних дел).

В последние годы наблюдается значительное повышение количества женщин, находящихся на службе в органах внутренних дел России (В.В. Романова, 2007; Приказ МВД России «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации», 2011; Д.А. Волосков, 2012; Ф.К. Зиннуров, 2012; А.Н. Воротник, А.И. Ткаченко, 2015 и др.).

В первую очередь это объясняется тем, что в деятельности органов внутренних дел России появилось значительное количество задач, связанных с явлением глобализации, применением новых информационных систем, схем и способов совершения преступлений. Практика показывает, что женщины-сотрудницы лучше справляются с выполнением этих сложных заданий.

Вторым фактором, влияющим на увеличение в полиции количества женщин-сотрудниц, являются процессы демократизации, в связи с чем у многих из них появляется желание выполнять почетную, хотя и трудную работу (А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов, 2009), связанную с выполнением оперативно-служебных и служебно-боевых задач по охране закона и общественного порядка.



Несмотря на гендерные различия, требования по подготовленности к сотрудникам органов МВД не могут быть дифференцированными, ибо, в конечном счете, все они выполняют одинаковые или сходные профессиональные функции. Профессиональная готовность, особенно если от нее зависят жизнь и здоровье людей, коллег или собственная жизнь, не допускает снижения требований по гендерному признаку.

В этой связи, рассматривая проблемы обучения владению боевыми приемами борьбы сотрудниками-женщинами в практических органах МВД России, А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов (2009) подчеркивают, что выполнение ими оперативно-служебных задач зачастую связано с силовым задержанием, а это приводит к их физическому противостоянию с правонарушителями. Авторы подчеркивают, наличие ситуаций, когда задержание правонарушителей из-за неумелых и неэффективных действий сотрудники полиции «не смогли выполнить поставленные задачи, получая при этом увечья, ранения и даже гибель. Особое значение это имеет для сотрудников-женщин...». Таким образом, очевидно, что к моменту завершения процесса обучения уровень сформированности профессионально значимых прикладных двигательных умений и навыков, степень развития важных для профессии физических способностей, психофизических свойств и личностных качеств сотрудников ОВД, определяющих у мужчин и у женщин эффективность их служебно-боевой деятельности, должен соответствовать предъявляемым требованиям. В боевых условиях профессиональной деятельности не допускается существенного снижения требований к уровню профессионально прикладной готовности, в том числе по владению приемами служебно-прикладного единоборства лицами женского пола (А.В. Гадалов, 2000; А.Э. Болотин, 2014; С.А. Моськин, 2014; М.В. Гусева, 2017 и др.).

Однако это не значит, что процесс обучения должен проводиться одинаково. Потребность в достижении высокого уровня подготовленности для девушек-курсантов требует использования более эффективных и точных дозированных воздействий относительно исходных данных для юношей, что

предполагает изучение более приспособленной к особенностям физической и психологической подготовленности женщин техники ведения единоборств, а это в совокупности требует высокого уровня адаптации применяемой методики. Применяя для юношей и девушек одни и те же методики, невозможно обеспечить достижения ими одинакового уровня владения способами ведения единоборств.

## **1.2 Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов образовательных организаций МВД**

С момента своего зарождения советская теория физического воспитания, являющаяся прообразом современной российской системы, в качестве одного из главных принципов своего функционирования избрала тесную связь с трудовой и оборонной деятельностью, вследствие чего возникло специальное прикладное направление использования средств физического воспитания для освоения трудовых и военных навыков, повышения производительности труда и профилактики профессиональных заболеваний (В.В. Беленович, В.Н. Мазниченко, 1961; В.И. Жолдак, 1971; В.М. Зациорский, В.А. Запорожанов, И.А. Тер-Ованесян, 1971; Л.П. Матвеев, 1981, 1986, 1996; В.И. Ильинич, 1983; К.А. Алимова, 1986; Т. Heir, G. Eide, 1997 и др.).

В современной науке существует множество определений исследуемого явления. Например, Ю.Ф. Курамшин и В.И. Попов (1999) понимают профессионально-прикладную физическую подготовку как «...специализированный вид физического воспитания, направленный на формирование и совершенствование свойств и качеств личности, имеющих существенное значение для конкретной профессиональной деятельности», хотя при этом проявляется несовпадение названия явления (физическая подготовка) и вкладываемого в него более широкие составляющие явления (свойства и качества личности), которые могут и не быть физическими проявлениями. Данное определение продвигает нас ближе к обоснованию процесса, направленного на развитие профессионально-прикладной личностной

физической культуры, и подтверждает верность подхода, используемого в диссертационном исследовании В.А. Овчинникова (2012).

Однако мы придерживаемся другого подхода, так как в нашей работе рассматриваются компоненты физической подготовленности, а именно степень развития физических качеств и двигательных навыков, которые составляют основу физической подготовленности и соответствуют определению, данному К.Д. Чермитом (2005).

Профессионально-прикладная физическая культура стала компонентом научной организации труда, а требования к поэтапной подготовке к будущей трудовой деятельности стали выполнять функцию нормативной и программной основы физического воспитания.

Эффективность реализации этого направления физического воспитания доказана в многочисленных исследованиях (В.В. Беленович, 1961, 1962, 1966; В.И. Жолдак, 1971; В.И. Ильинич, 1976, 1980, 1983, 1990; А.М. Кандауров, Е.А. Полунин, 1984; А.А. Горелов с соавт., 2007, 2014; Д.Е. Бахов, 2009 и др.), в том числе и в процессе подготовки кадров для МВД (Ю.Ф. Подлипняк, 1985, 1986; В.И. Косяченко, 2000; В.А. Овчинников, 2010; И.О. Ганченко, Р.С. Ахметов, 2012; И.В. Герасимов, А.В. Алдошин, 2014; Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, 2015; А.Н. Кулиничев, А.Н. Воротник, А.Н. Кандабар, 2015 и др.).

Совокупность средств, которые применяются для обеспечения профессионально-прикладной подготовки курсантов образовательных организаций МВД России, выделяемых на основе ряда регламентирующих документов (Распоряжение Министра внутренних дел РФ от 27 августа 2001 г. № 1/15420; Примерная программа учебной дисциплины «Физическая подготовка» для образовательных учреждений МВД России, 2007), сформирована в виде учебных предметов, изучаемых в ходе оперативно-служебных, тактико-специальных, огневых и физических видов подготовки. Для всех этих видов подготовки фундаментальной основой, определяющей успех обучения и эффективность будущей деятельности, является физическая подготовка, которая создает физическую и двигательную основу будущих успехов. Поэтому процесс

физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД направлен на решение двух главных задач, определяющих направление и закономерности построения педагогического процесса, а именно на развитие важнейших физических качеств и освоение двигательных действий, составляющих основу и обеспечивающих эффективность проявления физических качеств в различных видах профессиональных двигательных действий.

Эта идея подтверждается результатами исследований и логических рассуждений ряда авторов. В частности, В.Г. Колухов (2006) в учебном пособии по физической подготовке сотрудников внутренних дел подчеркивает, что формирование у данной категории лиц совокупности физических качеств является главной задачей, стоящей перед процессом физической подготовки, и тем самым подтверждает мнение, высказанное ранее Ю.Ф. Подлипняком (1985, 1986), а также встречающееся в ряде других исследований (В.А. Хромов, Д.А. Платонов, Ю.В. Чехранов, 2013; С.А. Моськин, 2014; В.М. Гуралев, А.В. Гуралев, А.Ю. Осипов, В.А. Филиппович, 2016; А.Ю. Осипов, В.М. Гуралев, А.А. Евтушенко, 2017).

Второй составляющей системы профессиональной подготовки является формирование двигательных навыков и умений, лежащих в основе реализации профессиональной двигательной деятельности (В.Г. Колухов, В.И. Лисицин, В.Ф. Улыбышева, 1998; А.В. Гадалов, 2000; К.Ю. Чернышенко, Е.Е. Витютнев, 2013; Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, 2015 и др.). Здесь следует отметить два факта:

1) никогда и никто из специалистов в области профессиональной подготовки не рассматривал эти два компонента в отрыве друг от друга, понимая их неразрывную связь в обеспечении качественной реализации двигательного действия. Выделение двух направлений лишь подчеркивает, какое направление, по мнению авторов, является доминирующим;

2) то обстоятельство, что формирование и развитие двигательных действий, достижение качественного и эффективного выполнения важных

технических приемов происходит при применении технологий спорта и ее ценностей, привело специалистов в области профессиональной подготовки к использованию спортивных упражнений в качестве средств обучения и форм проверки освоения содержания обучения. Причем это произошло значительно раньше 2005 года, то есть того момента, когда идея спортивно-ориентированного физического воспитания была озвучена ее авторами – В.К. Бальсевичем (1991, 1993, 1997, 2001, 2003 и др.) и Л.И. Лубышевой (1992,1993, 1994, 1997, 2002, 2006), а затем была апробирована многими последователями в рамках конверсии достижений и технологий большого спорта, в том числе и в условиях профессионально-прикладной физической подготовки будущих работников системы МВД (А.В. Алдошин, 2014; И.В. Герасимов, А.В. Алдошин, 2014).

В то же время следует подчеркнуть, что достижение высокого уровня профессионально-прикладной физической подготовленности и обеспечение соответствия требованиям профессиональной деятельности, успешность выполнения задач, стоящих перед органами внутренних дел Российской Федерации, в значительной степени зависят от врожденных способностей организма, двигательной одаренности, составной частью которой является уровень физической подготовленности. В этой связи абитуриенты образовательных организаций МВД становятся студентами лишь после выполнения определенных контрольных нормативов по двигательной подготовленности.

В связи с тем, что изменить врожденные особенности изучаемого женского контингента и обеспечить достижение ими физического состояния, свойственного мужчинам, не представляется возможным, требуется изменение некоторых основополагающих компонентов методики.

Из определения термина «профессионально-прикладная физическая подготовка» и анализа научной литературы вытекает логический постулат, что состав средств, цель подготовки и задачи должны обеспечивать специализированную физическую подготовку к избранной профессиональной деятельности. Следовательно, педагогический процесс должен основываться на

учете требований, которые предъявляет профессиональная деятельность к физическому состоянию человека (В.В. Беленович, 1961, 1962, 1966; В.И. Жолдак, 1971; В.И. Ильинич, 1976, 1980, 1983, 1990; А.М. Кандауров, Е.А. Полунин, 1984; В.А. Овчинников, 2012; Ю.Ф. Подлипняк, 1985, 1986; D.E. Super, 1953, 1957). По этой причине в качестве первого шага при определении состава средств ППФП требуется выявить физические качества человека, необходимые для достижения высоких результатов в профессиональной деятельности. Известно, что в своей основе процесс воздействия средств физического воспитания и трудовой деятельности проявляется тождественно, в связи с тем что участие в них принимает одни и те же органы и функции, и адаптация к ним происходит по одним и тем же закономерностям. Следовательно, все закономерности физического воспитания, вытекающие из физиологических особенностей обеспечения двигательной деятельности, выражаются в процессе трудовой деятельности человека. Поэтому построение процесса профессионально-прикладной физической подготовки требует дифференцирования состава реализуемых упражнений, объема и интенсивности их воздействия на организм в зависимости от половой принадлежности, возраста занимающихся, состояния их здоровья, уровня физической подготовленности и других переменных факторов.

Для облегчения процессов дифференцирования воздействия занимающихся распределяют на группы здоровья (дифференцирование по состоянию здоровья и уровню физической подготовленности), на группы по возрасту (классы или курсы), по половой принадлежности внутри уже названных групп (то есть внутри групп здоровья и групп по возрасту). Кроме того, при построении профессионально-прикладной физической подготовки состав занимающихся зависит от специфики будущей профессиональной деятельности.

Состояние здоровья студентов образовательных организаций МВД определяется в процессе входного контроля и служит «пропуском» в специальность. Студенты образовательных организаций МВД распределяются в группы по половой принадлежности, с дифференцированием нагрузки в

зависимости от курса обучения. Состав физических упражнений, применяющихся в процессе ППФП, подбирается для двух групп:

1) упражнения, формирующие общие физические качества и двигательные навыки для службы в МВД (базовая профессионально-прикладная физическая подготовка);

2) упражнения, формирующие необходимые специальные физические качества и двигательные навыки для службы в конкретных подразделениях МВД (специальная профессионально-прикладная физическая подготовка).

В данном исследовании предметом изучения является первая группа средств ППФП.

По мнению Ю.Ф. Подлипняка, В.Я. Кикоти, А.А. Обвинцева и С.А. Горелова (2016), состав средств и направления физической подготовки сотрудников органов внутренних дел определяются модельными характеристиками профессиональной деятельности, и поэтому содержание определенного курса физической подготовки должно быть тесно связано с конкретной профессиональной деятельностью. В этом случае базовая профессионально-прикладная физическая подготовка приводит к формированию такого уровня развития физических качеств и двигательных навыков, который обеспечит успешное выполнение задач, стоящих перед органами внутренних дел Российской Федерации, что позволит позитивно воздействовать на такие общие составляющие высокой производительности и работоспособности, как состояние здоровья, уровень физического развития, личностной физической культуры, на умственную и физическую работоспособность, долголетие в профессии и др.

Развитие двигательных способностей человека осуществляется в процессе построения педагогического воздействия с опорой на широко известные закономерности, такие как гетерохронность (разновременность развития), гетеротропность (несовпадение развития разных по месту расположения форм и функций), этапность и фазность развития, перенос (положительный или отрицательный) двигательного навыка и физической подготовленности. В работе не ставится решение задачи, связанной с демонстрацией указанных

закономерностей, но их наличие предполагает при определении состава применяемых средств придерживаться следующего, выделенного на основе изучения соответствующей литературы, алгоритма действий:

1) определить состав свойств человека, которые необходимы для достижения высоких результатов и реализации задач в профессиональной деятельности;

2) изучить закономерности возрастного развития качеств и свойств человека, имеющих большое значение в профессиональной деятельности;

3) выявить этапные требования к уровню развития качеств и свойств человека, необходимых в профессиональной деятельности;

4) установить степень соответствия человека этапным требованиям, необходимых в профессиональной деятельности;

5) выделить эффективные способы и средства воздействия, временные и иные затраты, необходимые для реализации этапных задач профессиональной подготовки;

6) организовать педагогический процесс достижения этапных требований, важных для осуществления профессиональной деятельности;

7) обеспечить постоянный мониторинг динамики состояния профессиональной подготовленности;

8) организовать координацию педагогической деятельности в зависимости от степени реализации задач.

Вторым направлением профессионально-прикладной физической подготовки человека к успешной профессиональной деятельности являются формирование конкретных двигательных навыков и обучение соответствующим двигательным действиям, и на этой основе формирование состава двигательных навыков для обеспечения профессиональной деятельности. В отечественной теории физической культуры считается, что обучение двигательным действиям – элемент физического образования, представляющий собой «системное освоение человеком рациональных способов управления своими движениями,



приобретение таким путем необходимого в жизни фонда двигательных умений, навыков и связанных с ними знаний» (Л.П. Матвеев, 1983).

Обоснование этапных требований и связанных с этим процесс определения методических особенностей обучения требуют рассмотрения закономерностей формирования двигательных умений и навыков. Несмотря на существование разных подходов к выделению этапов овладения двигательными действиями, наиболее популярными являются два подхода. В первом выделяются три уровня владения действием, при которых 1-й уровень предполагает наличие элементарного умения; 2-й уровень – формирование двигательного навыка и 3-й уровень – достижение умения-мастерства (или умения высшего порядка). Второй подход подразумевает овладение двигательным действием от получения знаний о действии к овладению им в форме умения, а от автоматизации – к навыку. Причем одни и те же ученые в разные периоды придерживались разных позиций, заключающихся в следующем:

- между подходами не существует существенных логических противоречий;
- оба подхода на практике показывают свою состоятельность.

Учитывая, что в процессе профессионально-прикладной подготовки нет необходимости формировать высочайший уровень мастерства, а важно обеспечить стабильный результат действия, в работе реализуется второй подход, из которого следует: процесс изучения двигательных действий, которые представляют собой поведенческие двигательные акты, направленные на реализацию двигательных задач, обеспечивается за счет последовательного формирования двигательного умения и двигательного навыка.

Двигательное умение представляет собой уровень выполнения двигательного действия, при котором в управлении движением ведущую роль играет мышление. Качество выполнения каждой детали техники движения, каждого параметра этого движения находится под контролем со стороны коры головного мозга. Это приводит к тому, что параметры детали техники изменчивы, следовательно, все двигательное действие выполняется неустойчиво,

с изолированностью компонентов единой техники друг от друга, без проявления при этом целостности и слитности действия.

Двигательный навык представляет собой следующий за двигательным умением этап развития двигательного действия, являющийся производным от постепенного уменьшения роли мышления при управлении движением. То есть двигательный навык – это уровень выполнения двигательного действия, при котором кора головного мозга контролирует начало выполнения двигательного действия и ее конечный результат. Это обстоятельство приводит к тому, что двигательное действие выполняется устойчиво (с сохранением ведущих параметров), легко, свободно и слитно. В соответствии с мнением М.М. Богена (1985), являющегося признанным авторитетом в изучении двигательного навыка, выделяют пять отличительных особенностей: автоматизированный характер, высокую быстроту действия, стабильность, прочность и надежность.

При этом высокий уровень овладения двигательным навыком обеспечивает не только системность исполнения движения, стабильность стандартного исполнения двигательного действия, но и позволяет сознательно управлять целостным движением и (или) ее компонентами для приспособления к окружающей действительности, в частности к действиям противника. Таким образом, формирование навыка связано с совершенствованием способности осуществлять управление двигательным действием. Это обстоятельство приводит к необходимости выделить еще один отличительный признак освоения двигательного действия на уровне навыка, а конкретно – динамическую стереотипность двигательного действия, которая сопряжена с его вариативностью. Но процесс появления вариативности может и не наступить, что резко снижает возможности эффективного выполнения двигательного действия. То есть, появление вариативности в большой степени зависит от правильности построения педагогического процесса и не является системным результатом непосредственного изучения действия.

### **1.3. Единоборства и боевые приемы единоборств в системе ППФП студентов образовательных организаций МВД. Программное обеспечение и методика формирования навыков выполнения боевых приемов единоборств у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД.**

Следует подчеркнуть, что будущая профессиональная деятельность курсантов образовательных организаций МВД характеризуется большим разнообразием решаемых задач, а качество выполнения служебных обязанностей зависит не только от физической подготовленности работника, но и от опыта, имеющихся профессиональных навыков и умений (Ю.Ф. Подлипняк, 1986; В.А. Овчинников, 2008, 2010 и др.).

В соответствии с мнением многих компетентных ученых (В.А. Овчинников, 2009; С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, А.В. Кателкин, 2010; А.Н. Валиев, 2014; Б.Г. Карачев, М.Ю. Нохрин, 2017 и др.), выполнение высоких требований к физической подготовленности сотрудников необходимо при решении сложнейших задач по силовой защите закона и применению мер принуждения к правонарушителям. Решающее значение при этом имеет целенаправленное формирование отдельных профессиональных физических качеств, обеспечивающих эффективное выполнение конкретных двигательных действий, в том числе силового превосходства при единоборстве с правонарушителем (Ю.Ф. Подлипняк, 1985).

Анализ практической деятельности правоохранительных органов показывает, что эффективность работы сотрудников, обеспечение сохранности собственной жизни и здоровья при выполнении операций по пресечению преступных действий, а также охрана жизни и здоровья граждан в значительной степени зависят от уровня физической и технико-тактической подготовленности сотрудников правоохранительных органов (С.М. Ашкинази, 1989, 2001; А.В. Гадалов, 1998; С.Н. Баркалов, 2010, 2014; А.Н. Ширяев, 2013 и др.).

Поэтому любая концепция физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД из числа, подвергнутых анализу (*Барнаульский юридический институт Министерства внутренних дел Российской Федерации* (интернет ресурс – <https://бюи.мвд.рф/>) ; *Московский университет МВД России имени В.Я. Кикотя* (интернет ресурс – [https://мосу.мвд.рф/Образование/Osnovnye\\_obrazovatelnye\\_programmy](https://мосу.мвд.рф/Образование/Osnovnye_obrazovatelnye_programmy)); *Волгоградская академия Министерства внутренних дел Российской Федерации* (интернет ресурс – <https://edunews.ru/universities-base/yufo/volgograd/va-mvd.html>); *Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации (КУ МВД России)* (интернет ресурс – <https://edunews.ru/universities-base/yufo/krasnodar/krdumvd.html>); *Санкт-Петербургский университет МВД РФ* (интернет ресурс – <https://edunews.ru/saint-petersburg/silovih-struktur/spbumvdrf.html>), содержит разделы подготовки, обеспечивающие овладение приемами борьбы, и неудивительно, что в любом вузе в состав задач включаются задачи, связанные с формированием навыков и умений по владению техникой служебно-прикладного единоборства.

Практика и опыт работы органов внутренних дел, применяющих методы подготовки кадров для МВД России, привели к ситуации, когда во всех наставлениях по организации профессиональной готовности сотрудников органов внутренних дел РФ, которые действуют по сей день, предлагаются необходимые состав средств, некоторые основы методики, принципы и основы технологии процесса обучения курсантов. Можно сделать вывод, что проблема подготовки к эффективному применению силы и боевых приемов задержания и самозащиты достаточно разработана (И.О. Киреев, 1995; А.В. Гадалов, 1998, 2000; В.В. Ноздрачев, 2000; Е.И. Троян, 2006; В.Г. Колухов, 2006; Й. Абернети, 2007; А.Н. Ширяев, 2013; А.Н. Валиев, 2014, 2015; А.Н. Бокий, 2015 и др.) и решается на достаточно высоком уровне.

Вместе с тем сохранение этих навыков и умений в процессе трудовой деятельности выпускников образовательных организаций МВД не обеспечивается из-за отсутствия достаточного количества организованных занятий. Как известно, без соответствующего поддержания двигательный навык утрачивается, это происходит тем быстрее, чем на более позднем этапе

онтогенеза человек овладел этим навыком (Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков, 1976; Л.Е. Матузев, 2003; В.С. Астафьев, 2008 и др.).

Причиной такого положения, на наш взгляд, является недостаточное внимание в образовательных организациях МВД России к теории и методике обучения единоборствам, что в свою очередь сдерживает осознание необходимости самостоятельного поддержания уже сформированных в вузе навыков.

Здесь наличествуют две проблемы: с одной стороны, учебная дисциплина «Физическая подготовка» акцентирует внимание на одном, хотя и ведущем компоненте формирования физической культуры личности, т.е. на физической и технической подготовке, остается при этом без должного внимания важнейший элемент, каковым является знаниевый компонент (Л.И. Лубышева, 1992; К.Д. Чермит, 2008; I.R. Nuttin, 1976). С другой стороны, недостаточное внимание уделяется формированию важнейшего и главного системного компонента личностной физической культуры – деятельностному компоненту (В.С. Астафьев, 2008; К.Д. Чермит, 2008 и др.). Поэтому по завершении обязательного цикла занятий бывшие курсанты самостоятельно не поддерживают уже имеющиеся навыки.

Для подтверждения изложенного мнения проведем анализ рабочих программ, которые были рассмотрены выше.

В программе Краснодарского университета МВД России по физической подготовке намечена задача, которая призвана устранить указанные выше неточности. Предполагается, что курсант в процессе физической подготовки должен приобрести «знание основ теории и методики физической подготовки и здорового образа жизни» [Интернет-ресурс <http://www.krdu-mvd.ru/kafedri10130>].

Следует обратить внимание на то, что в этой широко сформулированной задаче вряд ли можно определить компоненты, обеспечивающие формирование представлений о потребностях в самостоятельном выполнении физических упражнений для поддержания профессиональной физической пригодности. Недостаточное внимание уделяется задачам по теоретической поддержке

процесса сохранения сформированных двигательных навыков. Общая задача не соотнесена с единоборствами как важнейшими компонентами профессиональной подготовки.

Программа Санкт-Петербургского университета МВД РФ (интернет ресурс – <https://edunews.ru/saint-petersburg/silovih-struktur/spbumvdrf.html>), в этом компоненте в деталях совпадает с программой Краснодарского университета МВД России. Указанные проанализированные программы являются типичными, следовательно, выявленные недоработки относятся не к самим вузам, а к системе в целом.

В этой связи особое внимание обращают на себя некоторые аспекты теории образования в области физической культуры и ее производных, в частности, вопросы актуализации физического самовоспитания.

Известно, что особую роль в сложном и многофакторном процессе формирования профессионально-прикладной физической культуры и индивидуальности специалиста играет физическое образование (Л.И. Лубышева, 1992; К.Д. Чермит, 2008; Д.Е. Бахов, 2009), которое создает фундамент для развития других компонентов продуктивности профессиональной деятельности, адаптации своего уровня профессионально-прикладной подготовленности к интенсивно изменяющимся условиям жизнедеятельности.

Для новой методологии профессионально-прикладной физической подготовки и профессионально-прикладной физической культуры принципиальным становится конкретизация новой сущности профессионального развития и роста личности. Эта методология зиждется на системе формирования профессионально-прикладной физической культуры личности специалиста, исходя из понимания его как субъекта активности:

- предметно-познавательной (в данном случае содержания способов и средств боевых приемов борьбы);
- мотивационной и социальной активности (связанной с осознанием и принятием условий, направлений и цели применения боевых приемов борьбы, пониманием социальной значимости и мер достаточности при применении

боевых приемов борьбы, мотивационной готовности к усвоению и применению приемов при необходимости);

– активности в области физической культуры, связанной с осознанием, принятием и реализацией принципа систематичности занятий и применения средств борьбы.

Эта методология обеспечивает синтез четырех базовых процессов формирования профессионально-прикладной личностной физической культуры курсантов МВД в процессе изучения предмета «Физическая подготовка», а именно:

– обучение двигательным действиям, знаниям в области теории и методики борьбы;

– воспитание необходимых для профессиональной деятельности психических и физических свойств личности, воспитание важных для поддержания уровня физической и двигательной подготовленности личностных свойств;

– развитие надлежащих физических качеств, уровня мотивации, уровня физической подготовленности, высокого уровня функциональной готовности;

– сохранение и поддержание высокого уровня здоровья и профессиональной пригодности.

Следует подчеркнуть, что предполагаемый подход опирается на методологические принципы, изложенные в документах Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 года (№ 540) (Российская газета № 6405 от 18 июня 2014 г.), которые являются «программой и нормативной основой системы физического воспитания различных групп населения Российской Федерации». В этом документе предполагается проверка знаний населения по ряду важнейших вопросов теории и методики физического воспитания, в том числе заложены «основы методики самостоятельных занятий».

С этих позиций перспективность разработки проблемы актуализации физического самовоспитания как компонента профессионально-прикладной физической культуры личности курсантов МВД и сохранения навыков владения боевыми приемами борьбы является очевидной, поскольку она реализуется и основывается на определенной и объективно существующей реальности; опирается на объективные логические основания, реализованные в процессе формирования профессионально-прикладной физической культуры личности в других профессиях; руководствуется принципами целостности, адекватности и систематичности процесса физического воспитания; опирается на эффект самообразования; обеспечивает опору процесса формирования личностной профессионально-прикладной физической культуры на личностную мотивированность, индивидуализацию процесса, на самоопределение состава средств, физическое и двигательное самосовершенствование.

Исходя из изложенных выше подходов и для уточнения состава применимых средств, в Наставлении по организации физической подготовки в органах внутренних дел перечислены специфические задачи процесса физической подготовки, ряд которых относится к процессу самостоятельного овладения физическими упражнениями («...поддержание на необходимом уровне физических качеств, приобретение базовых знаний научно-практического характера, ... сохранение здоровья, повышение устойчивости организма к воздействию неблагоприятных факторов служебной деятельности...»), а также указаны задачи, связанные с организацией внешнесредового воздействия специальных физических упражнений («Формирование различных двигательных умений и навыков, в том числе выполнение боевых приемов борьбы в условиях, максимально приближенных к реальным...»), «Совершенствование телосложения и гармоническое развитие физиологических качеств...», «Приобретение базовых знаний научно-практического характера»).

К основным специфическим средствам воздействия в документе вслед за теорией и методикой физического воспитания относятся физические упражнения с выделением (из шести групп) отдельной группы, требующей



«единовременного комплексного проявления различных физических качеств в условиях переменного режима деятельности (борьба, бокс, рукопашный бой, подвижные игры, преодоление полос препятствий и т.п.)» (Наставление, пункт 8.6). При организации физической подготовки для правильного применения средств физического воздействия большое значение имеет подход к классификации физических упражнений по признаку специфичности и выделения общеподготовительных, специально подготовительных (подводящие упражнения и развивающие) и служебно-прикладных упражнений, к последним присоединены «боевые приемы борьбы, способы преодоления естественных и искусственных препятствий» (Наставление, пункт 9.1). При этом в качестве основной цели, реализуемой разделом 18 «Боевые приемы борьбы», выступают «формирование навыков самозащиты, обезвреживания и задержания лиц, угрожающих общественному порядку или личной безопасности граждан, воспитание смелости, решительности, инициативы и находчивости (Наставление, пункт 81.1), что требует, кроме развития физических, нравственных, психологических и других личностных свойств работника, обучение «...боевым приемам борьбы и тренировки в их выполнении» и «...умелым действиям в использовании средств индивидуальной защиты и нападения, применении наручников и использовании подручных средств в поединках или специальных заданиях, имитирующих типовые ситуации задержания правонарушителя» (Наставление, пункты 81.2.1; 81.2.2).

В соответствии с рассматриваемым документом в состав изучаемых технических действий по боевым приемам борьбы входят стойки, передвижения, страховки и само страховки, боевые приемы борьбы (самбо, дзюдо), приемы бокса и рукопашного боя.

Непосредственно в состав изучаемых действий входят «удары и защиты от ударов» (Наставление, пункт 85.1), а также их сочетания, «силовое задержание болевыми приемами стоя» (Наставление, пункт 86.1), «силовое задержание с использованием бросков» (Наставление, пункт 87), к которым отнесены задняя подножка, задняя подножка с захватом ноги, передняя подножка, броски через

бедро, через спину с захватом ног сзади, захватом ног спереди, а также ряд комбинаций из числа этих приемов, силовое задержание удушающими приемами, силовое задержание с использованием приемов борьбы лежа, освобождение от захватов и обхватов. В документе представлены конкретные технические действия, особенности организации и методики обучения. Вместе с тем проведение ряда технических действий требует предельного проявления силы (как следует из самих названий технических действий).

Как известно, абсолютная сила человека в большой степени зависит от его массы, и девушки по этому параметру существенно отличаются от мужчин. Введение в состав наиболее важных технических приемов борьбы для девушек тех технических действий, которые требуют проявления абсолютной силы, ставят их в невыгодное положение, что может быть причиной непредсказуемого поведения в условиях боевой схватки, т.к. не остается времени для применения технических действий, которые могут быть эффективны.

Одновременно следует учитывать, что результативные технические действия может применить и противник, используя свое силовое преимущество за счет большего веса и большей силы.

Очевидно, что успешность деятельности полицейской системы государства зависит от быстрого и адекватного реагирования на вызовы, обусловленные изменениями внешнего мира и вызовами окружающей среды. Качество воздействия полицейской системы на вызовы окружающей среды в значительной степени определяется уровнем готовности каждого полицейского к непосредственному контакту с нарушителем.

Поэтому формирование арсенала боевых приемов борьбы является важнейшей задачей дисциплины учебного плана «Физическая подготовка», указанного как обязательный предмет в государственном образовательном стандарте. Полноценная реализация стандарта в отношении содержания действий служебно-прикладного единоборства вызывает сложности у девушек из-за особенностей физического состояния женского организма и недостаточной двигательной подготовленности. Однако степень их соответствия служебным

обязанностям должна отвечать предъявляемым требованиям, т.к. в условиях боевого столкновения применяемые приемы должны выполняться в полном объеме.

С точки зрения методического регулирования задач служебно-прикладного единоборства, состав средств и направлений воздействия имеют особенности, связанные с характером применения арсенала приемов. Арсенал нападения может быть сформирован на основе учета личных предпочтений и личностных качеств с учетом особенностей физической и двигательной подготовленности, с обеспечением понимания и реализации всех базовых групп нападения.

Совершенно другая ситуация возникает при формировании арсенала защиты. В связи с тем что защита является контрдействием в ответ на действие противника, всю структуру и цепочку движений определяет противник своим начальным действием. Понятно, что совокупность действий противника невозможно предсказать. С другой стороны, индивидуальные особенности физической подготовленности, влияющие на формирование структуры атакующих действий, сложно устранить и при защите.

Выходом из создавшегося положения может стать формирование оперативно-тактического мышления и его качественное применение в поединке, Оперативно-тактическое мышление, сутью которого является предвидение действий противника и определение собственного поведения до разворачивания действий, позволит обеспечить опережающее выполнение защитных техник, а это, в свою очередь, создаст условия для сокращения возможностей для противника в отношении реализации всех его возможностей при выполнении движений, за счет чего обеспечивается уравнивание шансов в конкретном фрагменте конфликта. Известно, что качество тактического мышления не определяется физическими качествами, а зависит от интеллектуальных способностей и уровня предшествующей подготовленности. При этом особенностью оперативно-тактического мышления участника поединка является то обстоятельство, что в различных конфликтных ситуациях требуется мгновенно принимать конкретное и единственно верное решение, т.к. не

остается времени на решение возникающих оперативно-тактических задач в быстротечном конфликтном взаимодействии поединка. Замедленное решение данных задач является такой же ошибкой, как и неправильное их решение.

Таким образом, важнейшей составляющей успеха женщины-полицейского при реализации арсенала боевых приемов борьбы является уровень развития ее специальных интеллектуальных способностей, лежащих в основе оперативно-тактического мышления, которые определяют правильность и однозначность выполняемых защитных действий в быстротечно изменяющихся ситуациях поединка.

При этом особое значение имеет наличие у сотрудника-женщины навыков распознавания образа специфической (благоприятной) ситуации для выполнения того или иного действия (приема), т.к. своевременное и верное распознавание реализуемого противником приема обеспечивает результативное проведение защит и непосредственно влияет на достижение цели в поединке.

Однако в настоящее время процесс обучения арсеналу действий служебно-прикладного единоборства мужчин и женщин в системе физической подготовки курсантов строится однотипно, без учета изложенных выше обстоятельств. Для обеспечения процесса дифференцированного формирования техники защитного арсенала служебно-прикладного единоборства следует:

- принять в качестве методической основы процесса служебно-прикладной подготовки в разделе «единоборства» дифференцирование целевых установок, состава средств, методических приемов и содержания разделов подготовки на основе учета гендерных особенностей курсантов;

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

- выделить предметное содержание (информационные модели) типичных специфических ситуаций для атакующих действий соперника в конфликтном

взаимодействии, обеспечивающее точное понимание техники противодействия ей;

– определить состав средств и методов, которые целесообразно использовать в процессе профессионально-прикладной физической подготовка для выполнения защитных технических действий, а также для воспитания специальных интеллектуальных способностей девушек-курсантов;

– разработать и экспериментально апробировать методику формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации для выполнения защитных действий.

Методическими основаниями обеспечения процесса формирования у девушек-курсантов образовательных организаций МВД навыков распознавания образа специфической ситуации нападения соперника для выбора опережающих защитных действий могут быть следующие:

1) изучение в структуре занятий физической подготовкой части, посвященной теоретической подготовке, которая должна обеспечить осознание потребности в овладении определенными навыками и создание у девушек определенно направленной мотивации, позволяющей осуществить принцип сознательности и активности, а также освоение ими специальных знаний, реализующих принцип научности обучения;

2) в качестве задачи применения содержательной составляющей теоретической подготовки следует принять следующее: приобретение знания специальной терминологии; наличие представлений об общих основах тактики ведения поединка и органической взаимосвязи техники и тактики и ее отображении в модели конфликтной структуры поединка; знаний о сущности имитационного моделирования ситуационного взаимодействия участников конфликта посредством проведения технико-тактических действий, о роли и значении специальных интеллектуальных способностей в единоборствах у девушек-курсантов; понимание основных положений идеомоторики и идеомоторного выполнения движений, основ построения ориентировочной основы действий и выделения основных опорных точек в используемых

информационных моделях приемов единоборств, смысла и направленности их применения;

3) непосредственное выполнение защитных действий (приемов), тренировочных упражнений и специализированных заданий в процессе подготовки девушек-курсантов к выполнению технических действий из раздела служебно-прикладного единоборства (в качестве изучаемого содержания необходимо ориентироваться на состав средств, определяемых согласно действующей программе профессионально-прикладной физической подготовки студентов образовательных организаций МВД);

4) непосредственное выполнение защитных приемов в различных стратегиях следует осуществлять на основе заданий, связанных с вычленением типичных ситуации конфликтного взаимодействия в поединке, в том числе и ситуацию начала атаки;

5) выполнение тренировочных упражнений и специализированных заданий по формированию целенаправленной возможности совершенствовать умения и навыки распознавания благоприятных ситуаций начала проведения контратакующих действий без отвлечения на второстепенные факторы, связанные с конфликтным взаимодействием в поединке;

6) идеомоторную реализацию различных информационных моделей, специализированных заданий и тренировочных упражнений для формирования чувственного образа ситуации начала атаки противника, характерной для успешного выполнения конкретного приема защиты;

7) обучение тем действиям, которые будут выполняться в той или иной ситуации поединка, изучение элементов, предполагающих фокусировку внимания, способов визуализации информативных элементов движений и действий в процессе идеомоторной тренировки, а также формирование у девушек-курсантов способности постоянно анализировать и сопоставлять свои зрительные, тактильные и мышечно-двигательные ощущения, свое восприятие с результатом фактического выполнения двигательных действий;

8) использование для закрепления и проверки формируемых навыков учебно-соревновательных схваток (по 2-3 минуты) с заданием поочередного активного применения различного маневрирования и смены захватов при выполнении подготавливающих действий и защитного сопротивления атакующим действиям соперника;

9) осуществление психологической подготовки девушек-курсантов на базе применения в процессе формирования навыков методических требований и педагогических приемов, способствующих целенаправленному развитию внимания, вероятностного прогнозирования и антиципации у занимающихся.

Подобное построение методики формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации атакующих действий соперника для выполнения защитных приемов будет способствовать обеспечению безопасного выполнения ими в будущем своих профессиональных обязанностей.

Значительное влияние на состав применяемых средств, на организацию процесса и методологические особенности физической подготовленности оказывает уровень научной и методической подготовленности кафедр физической подготовки образовательных организаций.

В частности, в системе, реализуемой в Волгоградской академии МВД (*интернет ресурс – <https://edunews.ru/universities-base/yufo/volgograd/va-mvd.html>*) целевая установка перенесена с физической подготовки на формирование профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России. На наш взгляд, такой подход позволяет более точно очертить круг решаемых задач в соответствии с действующим Наставлением, в связи с чем авторы указанной программы понимают направление физического воспитания как процесс формирования профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей, «...представляющий собой персонифицированный комплекс способностей человека, его знаний, умений и навыков к творческой самоорганизации и управлению развитием своих физических и духовных возможностей». В.А.

Овчинников (2012) включает состав профессионально-прикладной физической культуры «общую культуру человека, а также специальные знания и умения по применению организационно-методических приемов и способов, содействующих формированию профессионально значимых прикладных двигательных умений и навыков, развитию и реализации важных физических способностей, психофизических свойств и личностных качеств сотрудников ОВД в их служебно-боевой деятельности, устойчивой потребности к физическому совершенствованию, повышению эффективности профессиональной деятельности». Подход в принципе верен, но изменение целевой установки приводит к необходимости изменения компонентов содержания и состава средств. Поэтому необходимо рассмотреть содержание образования, которое определяется при формировании физической подготовленности, однако при этом следует обратить внимание на процесс подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД к самостоятельной реализации средств физического воспитания и к возможности самостоятельно решать задачи профессионально-прикладной физической подготовки в процессе профессиональной деятельности, что требует формирование знаниевого компонента, мотивации самостоятельной физкультурной деятельности и других компонентов профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей. Однако ведущим компонентом все же остается формирование профессионально-прикладной физической подготовленности и профессионально важных навыков, среди которых важнейшее место занимает выполнение технических действий в единоборствах.

Сопоставлены программа физической подготовки Санкт-Петербургского университета МВД РФ (интернет ресурс – <https://edunews.ru/saint-petersburg/silovih-struktur/spbumvdrf.html>) и Краснодарского университета МВД России, (интернет ресурс – <https://edunews.ru/universities-base/yufo/krasnodar/krdumvd.html>) – программы, составленная кафедрами физической подготовки и спорта – с целью определения подходов к половому



дифференцированию состава средств и методики формирования навыков выполнения технических действий боевых приемов борьбы, а также установления различий в определении формируемых навыков и умений у лиц женского и мужского пола. Выявлено, что в обеих программах наличие групп девушек обозначается, но при этом различия в основном касаются требований к уровню развития физических качеств. Половое дифференцирование практически не проявляется при постановке задач, определении состава изучаемых технических действий и методики изучения приемов.

Приведем примеры такого подхода из содержания билетов для зачета в Краснодарском университете МВД России по дисциплине «Физическая культура» на 2 курсе в 4 семестре по специальности 080101.65 Экономическая безопасность, специализация «Экономико-правовое обеспечение экономической безопасности», являющейся составной частью программы. По данной специальности обучается большое количество лиц женского пола.

11 вопросов из 30 касаются теоретических основ физической подготовки и развития физических качеств. Следующие четыре вопроса относятся к качеству реализации двигательных действий из числа технических действий боевых приемов борьбы. Для понимания содержания и способов их проверки приведем вопросы в порядке получения информации:

1. Ограничить свободу передвижения преступника броском «через бедро» с переходом на болевой приём «рычаг локтя между ног».
2. Ограничить свободу передвижения преступника при помощи комбинации ударов руками.
3. Ограничить свободу передвижения преступника, наносящего удар ножом «сверху в голову».
4. Ограничить свободу передвижения преступника, обхватившего туловище сотрудника спереди с руками.
5. Ограничить свободу передвижения преступника броском «через плечо» с переходом на болевой приём «рычаг локтя через бедро».

6. Ограничить свободу передвижения преступника, наносящего удар ногой сбоку в туловище.

7. Ограничить свободу передвижения преступника, наносящего удар ножом «в шею сбоку».

8. Ограничить свободу передвижения преступника, обхватившего туловище сотрудника спереди без рук.

9. Ограничить свободу передвижения преступника броском «передняя подножка» с переходом на удержание «поперек».

10. Ограничить свободу передвижения преступника с помощью комбинации ударов руками.

11. Ограничить свободу передвижения преступника, наносящего удар ножом «тычком в грудь».

12. Ограничить свободу передвижения преступника, захватившего руки сотрудника перед грудью.

13. Ограничить свободу передвижения преступника броском «задняя подножка» с переходом на удержание «сбоку».

14. Ограничить свободу передвижения преступника, наносящего удар ногой в пах.

15. Ограничить свободу передвижения преступника, наносящего удар ножом «в шею наотмашь».

16. Ограничить свободу передвижения преступника, производящего удушающий захват плечом и предплечьем сзади.

Из числа приведенных вопросов следует обратить внимание на два момента, имеющих большое значение в рамках исследуемой проблемы, а именно:

1) ни в одном из случаев не констатируются различия между качеством реализации приемов и комбинаций при выполнении курсантами из разных половых групп;

2) преимущественно проверяется не качество реализации одного технического действия, а качество реализации комбинаций из двух приемов. В

этой ситуации следует обеспечить понимание совокупности технических действий из числа базовых приемов, которые могут обеспечить эффективную реализацию второго приема комбинации, что является наиболее важной двигательной задачей.

Второй вывод имеет значение для выполнения задания девушками, так как появляется возможность замены сложного двигательного действия, каким является прием, связанный с потребностью выполнения амплитудного полета, более простым переводом противника в положение в партер, лежа или на четвереньки. При этом перевод в партер, когда женщина находится в стойке, а противник на коленях или лежа, более психологически выигрышный для проводящего, чем быстрый прием, проведенный с падением, ибо в таком случае оба будут находиться внизу.

В содержание программ процесса подготовки в анализируемых образовательных организациях с небольшими вариациями включены группы боевых приемов, предлагаемые регламентирующими документами вышестоящих органов, а именно: броски, болевые приемы, удары рукой (с действием на поражение), удары ногой (с действием на поражение), защиты от ударов рукой (с действием на задержание), защиты от ударов ногой (с действием на задержание), защиты от ударов ножом (с действием на задержание), защиты от угрозы пистолетом (с действием на задержание), защита от попытки обезоружить сотрудника (с действием на задержание), освобождение от захватов (с действием на задержание), упреждающие действия при попытке противника достать оружие (с действием на задержание), приемы личного досмотра и удержания. Конкретное содержание приемов приведено на рис. 1.

Исходя из изложенных выше подходов, при построении методики формирования навыков выполнения технических действий боевых приемов борьбы у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД женского пола следует актуализировать процесс подготовки к самостоятельному поддержанию уровня владения навыками (обучение методике и основам формирования техники).

<b><i>Боевые приемы, предлагаемые к изучению регламентирующими документами вышестоящих органов</i></b>
<b>Броски:</b>
«задняя подножка»; «передняя подножка»; бросок через бедро; бросок через плечо; бросок захватом ног спереди; бросок захватом ног сзади;
<b>Болевые приемы:</b>
«рычаг локтя через бедро»; «рычаг локтя между ног»; «узел ноги поперёк»; «ущемление ахиллова сухожилия»; загиб руки за спину при подходе сзади «толчком» (с действием на задержание); загиб руки за спину при подходе спереди «рывком» (с действием на задержание); загиб руки за спину при подходе спереди «нырком» (с действием на задержание); загиб руки за спину при подходе спереди «замком» (с действием на задержание); захват и перегибание кисти «под руку» (с действием на задержание); скручивание (рычаг) руки внутрь, наружу (с действием на задержание); рычаг руки через предплечье (с действием на задержание);
<b>Удары рукой (с действием на поражение):</b>
сверху по голове, прямой удар в голову, боковой удар в голову, удар снизу в живот;
<b>Удары ногой (с действием на поражение):</b>
по бедру, по туловищу, по голове, прямой удар в живот;
<b>Защиты от ударов рукой (с действием на задержание):</b>
сверху по голове, от прямого удара в голову, от бокового удара в голову, от удара снизу в живот;
<b>Защиты от ударов ногой (с действием на задержание):</b>
по бедру, по туловищу, по голове, от прямого удара в живот;
<b>Защиты от ударов ножом (с действием на задержание):</b>
сверху в голову; сбоку в голову; снизу в живот; наотмашь в шею; тычком в грудь;
<b>Защиты от угрозы пистолетом (с действием на задержание):</b>
спереди (в живот, в грудь, в голову); сзади (в поясницу, в спину, в голову);
<b>Защита от попытки обезоружить сотрудника (с действием на задержание)</b>
из кобуры сзади; из кобуры спереди;
<b>Освобождение от захватов (с действием на задержание)</b>
рук (руки внизу, руки перед грудью); ног (спереди, сзади); от захватов и обхватов туловища (с руками и без рук) спереди, сзади; от удушающих захватов (спереди, плечом и предплечьем сзади, плечом и предплечьем сбоку).
<b>Упреждающие действия при попытке противника достать оружие (с действием на задержание):</b>
из нагрудного кармана; из кармана брюк;
<b>Личный досмотр:</b>
под воздействием болевого приема стоя у стены (с последующим надеванием наручников, связыванием ремнём); под угрозой огнестрельным оружием стоя у стены (с последующим надеванием наручников, связыванием ремнём); под угрозой огнестрельным оружием лёжа (с последующим надеванием наручников, связыванием ремнём);
<b>Удержания:</b>
сверху, сбоку, поперёк, со стороны головы;

Рисунок 1 – Содержание обучения боевым приемам в вузах МВД России

Необходимо обеспечить учет особенностей восприятия процесса единоборств женщинами, в том числе изучить процесс адаптации приемов к уровню их физической и психологической готовности. Изучаемые приемы следует распределить на две группы:

1) базовые приемы, которые должны исполняться на высоком уровне (система страховки и само страховки, подготовительные и специально-подготовительные упражнения, направленные на развитие доминирующих физических качеств и являющиеся началом атаки для групп приемов, техника выполнения приемов, завершение которых для женщины не является затруднительным);

2) технические приемы, выполнение которых для женщины затруднено, но без их знания усложняется процесс организации сопротивления противнику, и которые должны быть сформированы на уровне качественного понимания структуры действия и выполнения на уровне умения, что позволит своевременно при необходимости предвидеть ее выполнение и организовать противодействие.

Техническая подготовка по выполнению двигательного действия в боевых условиях отличается от выполнения в условиях спортивного единоборства. Этот момент должен находиться на постоянном контроле: и в процессе изучения приемов, и при построении комбинаций.

#### **1.4. Заключение к главе**

Процесс физической подготовки организуется в ходе реализации разнообразных урочных и внеурочных форм, имеющих разное значение и реализующие разные задачи. В совокупность форм обучения боевым приемам борьбы А.Н. Бокий (2015), А.Н. Валиев, Ш.Р. Ахметов (2015), А.А. Гусев (2014) и др. включают лекционные, практические, учебно-тренировочные и контрольные занятия как основную урочную организацию совместной деятельности преподавателя и курсантов, а также самостоятельную работу. Если содержание всех видов урочных форм определяется государственными программами, то содержание тренировочных упражнений во внеучебное время имеет свои особенности:

1) состав изучаемых и отрабатываемых технических действий должен быть сопряжен с содержанием государственных стандартов, целевыми установками, реализуемыми стандартами и формируемыми навыками в соответствии со стандартом, Наставлением и программой физического воспитания при реализации ее раздела «Боевые приемы борьбы»;

2) состав изучаемых и отрабатываемых технических действий во внеучебное время должен обеспечивать расширение представлений, умений и навыков по реализации боевых приемов борьбы, адаптацию их выполнения к индивидуальным особенностям занимающихся, формирование умения комбинировать приемы в условиях конкретного единоборства, вырабатывать стратегию собственного поведения в условиях боевого столкновения с противником.

Если опираться на первую особенность, то содержание процесса тренировочных упражнений во внеучебное время должно определяться на основе интеграционного взаимодействия урочной и внеурочной форм подготовки по разделу «Боевые приемы борьбы», то есть:

1. Углубление представлений о боевых приемах борьбы как о средстве пресечения физического сопротивления правонарушителя и средстве самозащиты без применения оружия; развитие ценностно-мотивационной ориентации на необходимость защиты законности и правопорядка правомерными действиями, получаемых курсантами в процессе теоретического обучения на лекциях.

2. Формирование и дальнейшее совершенствование физических кондиций и двигательных навыков, формируемых и изучаемых на практических, учебно-тренировочных, контрольных занятиях, а именно:

- развитие основных физических качеств курсантов;
- совершенствование и развитие служебно-боевых умений и навыков, правомерных комплексов самозащиты и силовой защиты законности и правопорядка;

- обеспечение самозащиты и сохранение собственной безопасности и безопасности личности, общества и государства;
- дальнейшее развитие у курсантов морально-волевых качеств.

Исходя из второй особенности содержания процесса тренировочных упражнений во внеучебное время, в состав изучаемых и отрабатываемых технических действий следует ввести варианты действий, представляющих собой развитие базовых боевых приемов борьбы (приемы и броски), их комбинации, самостраховки, нападения, самозащиты, обезоруживания, освобождения от захватов, болевые и удушающие приемы и захваты. Данная особенность требует включения в состав организационной поддержки процесса двух взаимосвязанных организационных форм, направленных на стимулирование и комплексную проверку состояния готовности курсантов и слушателей, а именно соревновательную форму и квазипрофессиональную форму моделирования профессиональных ситуаций, при этом с приближением к завершению процесса обучения постепенно количество применения соревновательных форм должно уменьшаться путем замены их игровыми методами моделирования профессиональных ситуаций. В соревновательной форме проведения занятий целесообразно изменить правила оценки технических действий соответственно задачам используемых технических действий для решения профессиональных задач, что позволит качественно определять стратегию собственного поведения в условиях боевого столкновения с противником и адаптировать технику исполнения приемов к своим физическим и психологическим особенностям.

Предварительное изучение современной научной литературы привело к пониманию наличия в развитии современного общества нескольких противоречащих друг другу явлений:

- 1) увеличение в полиции количества женщин, желающих выполнять почетную, хотя и трудную работу по защите жизни, здоровья, прав и свобод граждан, обеспечению правопорядка, законности и внутренней безопасности

государства, безопасности общества, борьбы с преступлениями и иными правонарушениями;

2) увеличение в полиции количества женщин, вызванных появлением в работе системы внутренних дел России задач, которые женщинами решаются не хуже, а иногда и лучше, чем мужчинами (связанные с актуализацией проблем глобализации, применением новых информационных систем в деятельности полиции, появлением новых видов преступлений, связанных с применением современных технологий);

3) наличие генетически обусловленных факторов, определяющих различия в физическом и психологическом состоянии мужчин и женщин, и невозможность обеспечения дифференцированного учета этих особенностей в ходе исполнения служебно-боевых обязанностей и при решении оперативно-служебных задач;

4) отсутствие в системе профессиональной подготовки женщин к службе в рядах полиции учета их физических и психологических состояний, разработанных способов дифференцирования воздействия;

5) потребность в достижении одной и той же цели в уровне владения боевыми приемами борьбы сотрудниками-женщинами и мужчинами при наличии разного исходного и конечного уровня их физической подготовленности.

Взаимодействие этих составляющих не оставляет другого пути решения вопроса, кроме как обеспечение дифференцированного подхода к составу используемых средств и к процессу профессионально-прикладной физической подготовки девушек в процессе их обучения, в том числе и к арсеналу технических действий из раздела «Боевые приемы борьбы».

Анализ деятельности правоохранительных органов показывает, что эффективность работников, обеспечение сохранности собственной жизни и здоровья при выполнении операций по пресечению преступных действий, а также жизни и здоровья граждан в значительной степени зависят от уровня физической и технико-тактической подготовленности сотрудников



правоохранительных органов (Ю.Ф. Подлипняк 1985, 1986; В.А. Овчинников, 2010; И.О. Ганченко, Р.С. Ахметов, 2012; Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин, 2015).

В этой связи любая концепция физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД содержит разделы подготовки, обеспечивающие овладение приемами борьбы, и неудивительно, что в любом вузе в состав задач включаются задачи, связанные с формированием навыков и умений по владению техники борьбы.

Однако изменение содержания образования подобным способом становится мало исполнимым в силу регламентации процесса обучения нормативными документами, что заставляет обратиться к использованию для этого внеурочных форм подготовки по физической профессионально-прикладной подготовке, в том числе и по разделу «Боевые приемы борьбы». При этом основные задачи, состав средств технического вооружения и физической подготовки в таком случае определяются государственными стандартами, а основные направления и средства дифференцирования воздействия на курсантов женского пола – вариативными возможностями представляемых необязательными внеучебных форм занятий. Это обстоятельство требует реализации идеи интеграционного взаимодействия компонентов и содержания процесса обучения в учебное и внеучебное время.

В соответствии с общей стратегией построения системы высшего образования и на основании Федерального закона «Об образовании» основополагающим документом, определяющим целевые установки направлений подготовки и их характеристики, виды профессиональной деятельности, к которым готовится студент, требования, которые предъявляются к результатам профессионального образования, структура и содержание образования представляются в Федеральных государственных образовательных стандартах.

В ныне действующем федеральном государственном образовательном стандарте по направлению подготовки (специальности) 031001 «Правоохранительная деятельность» в компетенции специалиста включена

«способность организовывать свою жизнь в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни, применять методы физического воспитания для повышения адаптационных резервов организма и укрепления здоровья, поддержания должного уровня физической подготовленности, необходимого для обеспечения полноценной профессиональной деятельности (ОК-13)» и обозначены предметы и содержание подготовки к реализации этой задачи.

Подобные записи имеются во всех проанализированных государственных стандартах, где указывается, что выпускник допускается к работе в области правоохранительной деятельности, что ему позволяет участвовать в обеспечении соблюдения законности и правопорядка, в предупреждении, выявлении, пресечении и участии в раскрытии преступлений и иных правонарушений. В этой связи основная образовательная программа подготовки специалиста предусматривает обязательное включение в образовательный процесс предметов по физической культуре. В дальнейшем речь будет идти именно об этих направлениях подготовки.

В процессе анализа регламентирующей документации и практики работы установлено, что успешность деятельности полицейской системы государства зависит от быстрого и адекватного реагирования на вызовы, обусловленные изменениями внешнего мира и вызовами окружающей среды, и в значительной степени определяется уровнем готовности каждого полицейского к непосредственному контакту с нарушителем.

Поэтому формирование арсенала боевых приемов борьбы является важнейшей задачей дисциплины учебного плана «Физическая подготовка», указанного как обязательный предмет в государственном образовательном стандарте. Полноценная реализация стандарта в отношении содержания действий служебно-прикладного единоборства вызывает сложности у девушек, являющихся сотрудниками органов полицейской системы, из-за особенностей физического состояния женского организма и недостаточной двигательной подготовленности. Однако степень их соответствия служебным обязанностям

должна соответствовать предъявляемым требованиям, т.к. в условиях боевого столкновения применяемые приемы должны выполняться в полном объеме.

Поэтому выбор оптимального состава и объема изучаемой техники представляет собой одно из важных направлений деятельности по формированию арсенала боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время.

В анализируемых документах определяются обязательные формы проведения занятий по различным направлениям физической подготовки, поставлены совокупные задачи перед ними, ряд которых относится к процессу самостоятельного овладения физическими упражнениями, что требует реализации еще одного направления деятельности, связанного с обеспечением интегративного взаимодействия содержания обязательных и внеурочных форм обучения.

С точки зрения методического регулирования задач служебно-прикладного единоборства, состав средств и направлений воздействия имеют особенности, связанные с уровнем применения арсенала приемов, и решение этой задачи представляет собой самостоятельное направление деятельности при организации процесса подготовки.

Арсенал нападения может быть сформирован на основе личных предпочтений и личностных качеств с учетом особенностей физической и двигательной подготовленности, с обеспечением понимания и реализации всех базовых групп нападения.

Другая ситуация возникает при формировании арсенала защиты. В связи с тем, что защита является контрдействием в ответ на действие противника, всю структуру и цепочку движений определяет противник своим начальным действием. Понятно, что ее невозможно предсказать. С другой стороны, индивидуальные особенности физической подготовленности, влияющие на формирование структуры атакующих действий, сложно устранить и при защите.

Выходом из этого положения может стать формирование оперативно-тактического мышления и его качественное применение в поединке, что

позволит обеспечить опережающее выполнение защитных техник, а это, в свою очередь, не позволит нападающему реализовать в полной мере всю совокупность физических качеств в применяемом движении, за счет чего обеспечивается уравнивание шансов в конкретном фрагменте конфликта.

Известно, что качество тактического мышления не определяется физическими качествами, а зависит от интеллектуальных способностей и уровня предшествующей подготовленности. При этом особенностью оперативно-тактического мышления женщины-полицейского как участника поединка является то обстоятельство, что она в различных конфликтных ситуациях должна мгновенно принимать конкретное и единственно верное решение, т.к. не остается времени на решение возникающих оперативно-тактических задач в быстротечном конфликтном взаимодействии поединка. Замедленное решение данных задач является такой же ошибкой, как и неправильное их решение.

Таким образом, важнейшей составляющей успеха женщины-полицейского при реализации арсенала боевых приемов борьбы является уровень развития ее специальных интеллектуальных способностей, которые определяют правильность и однозначность выполняемых защитных действий в быстротечно изменяющихся ситуациях поединка.

При этом особое значение имеет наличие у нее навыков распознавания образа специфической (благоприятной) ситуации для выполнения того или иного действия (приема), т.к. его результативное проведение непосредственно влияет на достижение цели в поединке. Тем самым следует обеспечить опережающее формирование оперативно-тактического мышления у девушек-курсантов как компенсаторного образования для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития.

Потребность поддержания высокого уровня физической подготовленности и сохранения качества реализации профессионально важных навыков и умений в течение всего периода работы в полиции актуализирует процессы формирования

профессионально-прикладной физической подготовленности и профессионально-прикладной физической культуры личности.

С другой стороны, реализация целевой установки процесса физического воспитания курсантов предполагает обеспечение понимания правильной организации процесса физического самовоспитания в ходе своей профессиональной деятельности.

Исходя из анализа исследований предшественников, можно заключить, что качественное формирование арсенала боевых приемов единоборств является не только важнейшей задачей дисциплины учебного плана «Физическая подготовка», но и изучение ее вызывает наибольшие сложности у девушек-курсантов образовательных организаций МВД.

Учитывая взаимодействие двух последних фактов, при построении методики формирования навыков выполнения технических действий боевых приемов борьбы у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД женского пола следует актуализировать процесс подготовки к самостоятельному поддержанию уровня владения навыками во время учебы и в ходе самостоятельной трудовой деятельности (обучение методике и основам формирования техники).

Учет половых и гендерных особенностей в процессе профессионально-прикладной физической подготовки и формирования профессионально-прикладной физической культуры личности является принципиальной опорной составляющей. Без реализации этого принципиального составляющего невозможно обеспечить достижение целевых установок. Процесс дифференцирования при этом касается всей сущности профессионального развития и роста личности профессионально-прикладной физической подготовки и профессионально-прикладной физической культуры специалиста, исходя из понимания его как субъекта активности:

– на уровне предметно-познавательном – содержание способов и средств применения боевых приемов единоборств;

– на уровне социальной активности, связанной с осознанием условий, направлений и цели применения боевых приемов единоборств, пониманием социальной значимости и меры достаточности при их применении;

– на уровне активности в области физической культуры, связанной с осознанием, принятием и реализацией принципа систематичности занятий и применения средств единоборств.

При этом дифференцирование состава средств и способов использования двигательных действий является наиболее важным элементом, так как детерминирует становление остальных компонентов профессионального развития и развития субъектной активности будущего профессионала.

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 на основе учета гендерных особенностей курсантов.

Обеспечение процесса дифференцированного формирования техники защитного арсенала служебно-прикладного единоборства может быть обеспечено, если формируется оперативно-тактическое мышление, позволяющее уменьшить негативное влияние гендерных особенностей телосложения и физического развития женщин на результативность двигательных действий. Требуется выделение предметного содержания специфических ситуаций для атакующих действий соперника в конфликтном взаимодействии, обеспечение их понимания и влияние на исполняемую технику двигательного действия. Исходя из этих особенностей, следует определить состав средств и методов, которые целесообразно использовать в процессе профессионально-прикладной физической подготовка для выполнения защитных и атакующих технических действий, а также для развития специальных интеллектуальных способностей девушек-курсантов, и на этой основе необходимо разработать и реализовать методику формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации для выполнения защитных действий.

## ГЛАВА 2. МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

### 2.1. Методы исследования

Исследование проводилось в соответствии с современными идеями и концепциями и методиками построения научных исследований в области педагогики (Г.И. Рузавин, 1999; М.Н. Скаткин, 1986; В.В. Краевский, 1989, 1991, 2006; Е.В. Сидоренко, 2000; В.И. Загвязинский, 2005; Ф.А. Кузин, 2003), в том числе исследований в области физического воспитания (С.В. Начинская, 2005; К.Д. Чермит, 2005, 2012, 2015; С.Н. Бегидова, В.С. Бегидов, 2010 и др.).

Для решения поставленных в работе задач были использованы следующие методы исследования:

– теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы (научных, учебно-методических, методических публикаций, диссертационных работ, рабочей документации, информации Internet) применительно к проблеме и предмету исследования, обеспечения сравнительного и системного анализа данных;

– способы регистрации деятельности в условиях деловых игр, соревновательных и условно боевых (квазибоевых) схваток (видеозапись, методы стенографирования и расшифровки записей);

– тестирование уровня технической подготовленности по разделам приемов самообороны (в соответствии со специальной программой по контрольным упражнениям);

– построение и описание кинограмм выведений из равновесия противника и приемов самозащиты с использованием женских аксессуаров;

– педагогические наблюдения (непосредственные и опосредованные) в процессе занятий и квазипрофессиональной схватки (поединка) с условным противником и специально организованной соревновательной деятельности;

– метод экспертной оценки технической подготовленности девушек-курсантов для применения приемов служебно-прикладных единоборств;

- педагогический эксперимент;
- метод математической обработки полученных результатов.

Для изучения состояния проблемы формирования арсенала действий служебно-прикладного единоборства у девушек-курсантов образовательных организаций МВД применены теоретический анализ и обобщение данных специальной литературы, в результате чего дана характеристика научно-теоретическим предпосылкам формирования техники выполнения боевых приемов единоборств у девушек-курсантов вузов Министерства внутренних дел, в том числе определено место физической подготовки в обеспечении готовности курсантов вузов Министерства внутренних дел к будущей профессиональной деятельности, обоснованы содержательно-организационные аспекты профессионально-прикладной физической подготовки студентов образовательных организаций МВД, выявлено место единоборств и боевых приемов единоборств в системе ППФП студентов образовательных организаций МВД, определены основные отличительные черты программного обеспечения и методики формирования навыков выполнения боевых приемов единоборств у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД.

Отдельное внимание уделяется выявлению и обоснованию характерологических особенностей ППФП девушек-курсантов и их подготовке к выполнению технических действий из разделов служебно-прикладных единоборств.

Было обработано 266 литературных источников, в том числе авторефераты, диссертации, монографии, учебники и учебные пособия, научные статьи и иные научно-методические публикации, относящиеся к печатным и электронным ресурсам.

На основе анализа литературы сформирован понятийный аппарат исследования, сформулирована цель, определены задачи и разработана гипотеза исследования, обоснованы пути повышения качества выполнения приемов служебно-прикладного единоборства у девушек-курсантов образовательных организаций МВД в процессе их обучения.



С помощью методов исследования, включающих видеозапись, стенографирование поединков в процессе занятий и квазипрофессиональной схватки (поединка) с условным противником в ходе специально организованных форм соревновательной деятельности, а также в процессе анализа и расшифровки записей, были получены данные об отдельных сторонах технической подготовленности девушек-курсантов, участвующих в исследовании, фиксировались исходные показатели и результаты учебных и квазипрофессиональных схваток.

Внутри реализации этого метода, а также для проведения анализа учебных и квазипрофессиональных схваток применен способ стенографирования (нотационной записи) с помощью специальных символов (Г.С. Туманян, 2000), являющийся разновидностью педагогического наблюдения.

Для демонстрации в процессе обучения и описания актуализируемых для подготовки женщин приемов борьбы была выполнена видео- и фотосъемка движений элементов боевых приемов, демонстрируемых мастером спорта международного класса Г. Нестеровой и мастером спорта З. Чунтыжевой (г. Майкоп), и на их основе созданы рисуночные кинограммы техники 36 приемов, в том числе и выведения из равновесия противника (вперед, назад, вправо, влево, вперед-вправо, вперед-влево, назад-вправо, назад-влево), выполняемых разными способами сбивания (сдергиванием (уходом, заходом, входом, скрестно) и зависанием (прогибом, вращением, выседом, разворотом)).

В данном исследовании с помощью метода педагогического наблюдения обеспечивались непосредственные и опосредованные наблюдения в процессе занятий и квазипрофессиональных поединков с условным противником и специально организованной соревновательной деятельности, и в условиях тренировочной деятельности для определения содержания и процедуры коррекции технической подготовки девушек-курсантов.

При этом исследователи придерживались следующего алгоритма проведения стенографирования:

- 1) фиксирование действий участников поединка;

- 2) составление сводных протоколов;
- 3) математическая обработка для определения конкретных показателей и характеристик;
- 4) анализ и интерпретация полученных результатов соревновательной деятельности.

Тестирование уровня технической подготовленности девушек-курсантов по разделам приемов самообороны осуществлялось в соответствии со специальной программой с применением контрольных упражнений, в структуре, констатирующей и формирующей части педагогического эксперимента, позволяющих оценить степень и качество владения такими группами технических действий, как базовые приемы борьбы, удары ногами и руками, переводы в партер, комбинаций.

Под экспертизой в педагогике принято понимать анализ, исследование, оценку того или иного объекта или явления путем выяснения мнения ведущих специалистов (экспертов). К мнению специалистов принято обращаться тогда, когда провести исследование или осуществить оценку изучаемого объекта другими более точными методами невозможно (Е.В. Сидоренко, 2000).

В нашем исследовании метод экспертизы (или как его еще называют метод экспертных оценок) использовался для выявления компонентов профессионально-прикладной подготовленности для выполнения приемов самообороны, оценки степени формирования навыков маневрирования и пространственно-временной ориентировки, оценки результатов познания закономерностей маневрирования в условиях боевого противоборства.

Проведение экспертизы осуществлялось в следующей последовательности: формулирование цели и задач, выделение общих требований к экспертам, оценка согласованности индивидуальных экспертных оценок и выбор экспертов, организация их совместной работы, обработка полученной информации.

С помощью метода экспертных оценок предполагалось установить эффективность предлагаемого подхода к формированию техники выполнения боевых приемов девушками-курсантами в образовательных организациях МВД.

В качестве экспертов выступали 3 ведущих преподавателя образовательной организации – специалисты в области единоборств, прошедшие обучение и в предварительном исследовании доказавшие одинаковый подход к оценке качества выполнения боевых приемов. Для повышения достоверности экспертизы была создана группа высококвалифицированных экспертов из 5 человек. На основе проведения экспертизы на этапе оценки степени согласованности мнений экспертов определялась величина коэффициента конкордации (Е.В. Сидоренко, 2000; С.В. Начинская, 2005) по формуле (1):

$$W = \frac{12S}{m^2(n^3 - n)}, \quad (1)$$

где  $S$  – сумма квадратов отклонений сумм рангов, полученных каждым объектом экспертизы, от средней суммы рангов;

$m$  – число экспертов;

$n$  – число испытуемых.

При этом оценка статистической достоверности коэффициента конкордации определялась на основе использования хи – квадрат критерия, который, в свою очередь, вычислялся по формуле (2):

$$\chi^2 = (n - 1) mW. \quad (2)$$

На основе вычисленного коэффициента конкордации отобрано три эксперта, наиболее согласованно оценивающие предъявляемые факты.

Педагогический эксперимент проводился по типу сравнительного, содержащего в себе констатирующую и формирующую часть с целью обоснования состава арсенала приемов борьбы для девушек-курсантов образовательных организаций МВД, и методики с использованием ее формирования на занятиях по физической подготовке во внеучебное время.

В экспериментальной группе работа велась с применением авторской

методики начального обучения, в том числе с обучением приемам выведения из равновесия и переводов в партер и с изучением (по 10 минут на каждом занятии) теории и тактики боевых единоборств.

За время педагогического эксперимента участницы экспериментальной и контрольной групп принимали участие в учебных, университетских соревнованиях, а также в учебных и тренировочных квазипрофессиональных боевых поединках с условным противником.

На всех контрольных мероприятиях велась видеосъемка и проводилось параллельное стенографирование хода схваток автором работы и специально обученными учениками.

Процесс контроля уровня профессионально-прикладной подготовленности для выполнения приемов самообороны в экспериментальной и контрольной группах осуществлялся на основе проведения текущего контроля на первом (первый и второй семестры) и заключительном (третий и четвертый семестры) этапах эксперимента. Проверялись по пятибалльной шкале качество исполнения базовых приемов борьбы, качество исполнения ударов ногами и руками, качество исполнения переводов в партер и возможности создания и реализации комбинаций из изученных приемов.

Система предложенной оценки качества владения двигательными действиями, примененная в исследовании, не отличается от используемого на практике подхода, за исключением того, что эта программа выполнялась не одним педагогом, а группой, состоящей из трех экспертов.

В соответствии с заданием курсант должен выполнить без нареканий как минимум три приёма из пяти предложенных заданий в каждом блоке без сопротивления в движении, с дозированным сопротивлением в движении, с сопротивлением в условиях деловой игры или соревновательной схватки. В таблицы заносились отдельно оценки экспертов последовательно по вышеуказанным условиям представления приемов. Если выполнено два приёма – оценка 2, если три – оценка 3, если 4 приёма – оценка 4, если 5 приёмов – оценка 5.

Средняя оценка выставляется по каждому разделу на основании всех выставленных экспертами баллов. В связи с тем что выставленные баллы информируют о количестве и качестве выполненных приемов, все они участвуют в процедуре оценивания и при выведении средних оценок. Для оценивания достоверности различий все баллы переводятся в процентные показатели от количества возможных для них, где за  $n$  принимается количество выполненных подходов для выполнения каждого задания на каждом этапе ( $n = \text{кол-во испытуемых} \times \text{количество подходов}$ , на 3), затем рассчитывается достоверность различий по критерию  $F^*$  – угловое преобразование Фишера (С.Н. Бегидова и В.С. Бегидов, 2010).

Выставленные экспертами оценки сведены в протокол отдельно для каждого этапа, для каждого приема самообороны (базовые приемы борьбы, удары ногами и руками, переводы в партер, комбинации). На основании этих данных получены промежуточные сведения об индивидуальных показателях готовности, а на их основе выявлена степень готовности каждой группы по проверяемым элементам технической подготовленности ( $x \pm g$ ) и степень процентного отклонения этих показателей от максимально возможной оценки (приложения А-Г).

Математико-статистическая обработка показателей проводилась из расчета данных, полученных при участии спортсмена не менее чем в 6 мероприятиях на каждом этапе эксперимента. Эксперимент был организован и проведен авторами работы.

Оценки степени сформированности навыков маневрирования и пространственно-временной ориентировки проводились по методике, разработанной и обоснованной Ю.Н. Роговым (2014) для борцов вольного стиля.

В плане организации исследования методика, предложенная Ю.Н. Роговым (2014), в педагогическом эксперименте использована в полной мере. Применялись теоретические задания для определения уровня знаний, и оценивалась степень сформированности у испытуемых навыков распознавания образа специфической ситуации выполнения технического действия. Однако

содержание деятельности и способы контроля за уровнем подготовленности были изменены в соответствии с уровнем подготовленности участниц эксперимента, содержанием и направлением подготовки и другими отличительными особенностями контингента.

Для согласованности мнений экспертов и увеличения достоверности их оценок перед проведением проверок были оговорены и согласованы требования, которые предъявлялись к участницам эксперимента.

Как было заявлено, подходы к системе оценки, предложенные Ю.Н. Роговым (2014), были существенно изменены. В процессе анализа видеозаписей фрагментов боевых противоборств в естественных условиях, в условиях квазипрофессиональных боевых схваток старших курсантов и сокурсников, в которых проводились различные приемы боевых единоборств, испытуемый должен был выявить и терминологически правильно назвать применяемые технические и тактические действия, определить целесообразность примененной стратегии поведения и единоборства каждого участника анализируемого фрагмента. Предварительно каждый представленный фрагмент видеоматериалов был оценен и обработан экспертами, однако они действия участников эксперимента непосредственно не оценивали.

На основании полученных данных внесены изменения в содержание программы компьютерного тестирования знаний, точнее, в состав разработанных тестовых заданий.

Тестовая программа позволяет задавать курсантам некоторое количество вопросов (в нашем случае 50), которые выбираются из наличествующего большого количества (это является 1-й ступенью защиты от ошибок при заполнении результатов). В каждом вопросе может быть либо один, либо несколько правильных ответов.

Максимальное количество набираемых баллов – 5, если правильный ответ один, то остальные могут не оцениваться («0»), либо оцениваться отрицательно (если ошибка грубая). В случае наличия нескольких правильных ответов сумма положительных и отрицательных баллов по тесту должна уравниваться друг

друга (-5; +5). Таким образом, высокая оценка может быть выставлена за правильные ответы (что составляет 2-й уровень защиты). Тестовая программа при входе в нее просит набрать фамилию, имя и отчество аттестуемого, запускается кнопкой «ввод», после чего необходимо ознакомиться с содержанием программы и манипуляции с ней.

Пользоваться программой просто, необходимо только нажать цифровую клавишу правильного ответа (ответов), а затем клавишу ввода. На дисплее в верхней части высвечивается видеозадание, после чего появляются вопросы и ряд нумерованных ответов. Внизу (на цветной полосе) высвечивается подсумма и количество правильных ответов.

Программа самостоятельно изменяет порядок тестовых заданий (3-й уровень защиты) и порядок ответов в каждом тесте (4-й уровень защиты). Тестируемый знаком только с индивидуальными результатами, и на его компьютере не устанавливается административная программа, в которой результат фиксируется сразу же после нажатия ответа. Поэтому тестируемый знает собственный рейтинг, время ответа на вопрос, но не может их изменить после ответа (5-й уровень защиты).

Установленная естественным путем рейтинговая оценка каждого испытуемого не может быть изменена и пользователем. Возможна лишь перестройка вариантов для различных категорий тестируемых (применение для проведения экзаменов и зачетов). В наших исследованиях апробировалась только полная программа, позволяющая производить редактирование и преобразование содержания самой программы, готовить к печати и печать результатов аттестации. Последнее делается либо по всем вопросам, либо по неправильно данным ответам, результаты могут быть представлены в алфавитном порядке, по рейтингу и по последовательности выполнения.

При выведении результатов по рейтинговой системе оценивается:

- 1) занятое место;
- 2) сумма баллов;
- 3) затраченное время;

4) рейтинг %.

В процессе анализа видеозаписей испытуемый должен выявить и терминологически правильно назвать применяемые технические и тактические действия, определить целесообразность примененной стратегии поведения и единоборства каждого участника анализируемого фрагмента.

Получаемые на данном этапе исследования знания характеризуют степень понимания девушек-курсантов качества взаимодействия участников поединка в схватке.

В соответствии с методикой, предложенной Ю.Н. Роговым (2014) (приложение V) и А.А. Бучневым (2013) (приложение Ф) экспертами по 5- и 10-балльной системе оценивались показатели технико-тактической оценки, а затем на основе предварительно полученных экспертных данных рассчитывалась итоговая экспертная оценка по каждому из показателей, а именно по качеству выполнения действий и приемов, ухода от захватов, выведения из равновесия и маневрирования (приложения X, Ц). Наличие предварительных данных позволило провести сравнительный анализ качества усвоения технико-тактических вариантов поведения в схватке участников экспериментальной и контрольной групп, выявить и сопоставить итоговые средние оценки, определить и сопоставить процентное приближение итоговой оценки к пределу возможного.

Для выявления закономерных изменений и взаимосоответствий изучаемых параметров применялись методы математико-статистической обработки данных (Е.В. Сидоренко, 2007; С.Н. Бегидова, В.С. Бегидов, 2010 и др.); рассчитывались среднее арифметическое ( $M$ ), стандартное отклонение ( $\pm\delta$ ), уровень достоверности различий и другие характеристики. В процессе обработки данных использовались общеизвестные методы математической статистики. Обсчет результатов проводился на персональной ЭВМ с использованием стандартных компьютерных программ.

На основе математической обработки полученных в результате педагогического наблюдения данных с помощью методов моделирования, построенных на принципе вариативности (видоизменения, касающегося только



частностей, не задевающего основы), были обоснованы содержание и методика формирования арсенала боевых приемов борьбы у девушек-курсантов образовательных организаций МВД на занятиях по физической подготовке во внеучебное время.

## **2.2. Организация исследования**

Исследование проводилось в период с 2015 по 2020 год в Краснодарском государственном университете МВД России в соответствии с поставленными задачами.

На первом, поисковом этапе (2015 г.) изучалась и анализировалась научно-методическая литература по проблеме исследования, формулировалась и уточнялась рабочая гипотеза, определялись цель, задачи и наиболее информативные методы исследования, проведено обучение и обследование экспертов.

На втором, экспериментальном этапе (2016-2018 гг.) выполнены съемки и подготовлены рисунки кинограмм приемов, определено содержание подготовки участниц эксперимента по формированию арсенала техники боевых приемов единоборств у девушек-курсантов в образовательных организациях МВД во внеучебное время и направления ее реализации, организован и проведен (в 2017-2018 и 2018-2019 учебные годы) формирующий эксперимент.

На третьем этапе (2019-2020 гг.) были подвергнуты анализу, обобщены и опубликованы результаты проведенного формирующего эксперимента и результаты всего исследования, сформулированы выводы, разработаны практические рекомендации, оформлены результаты в соответствии с установленными требованиями.

Созданные экспериментальная (курс 1, переменный состава взвода № 315, специальность 080101 Экономическая безопасность, 23 участницы) и контрольная (курс 1, переменный состава взвода №333 специальность 080101 Экономическая безопасность, 22 участницы) группы были однородны по уровню

подготовленности, никто не имел опыта занятий видами борьбы или единоборствами. При этом уровень их физической подготовленности соответствовал требованиям стандарта, что следует из факта сдачи всеми абитуриентами соответствующего вступительного экзамена.

Формирующий эксперимент длился два года и проводился по типу сравнительного. В экспериментальной группе содержание и организация внеучебной работы не подвергалась изменениям, за исключением увеличения количества применения соревновательных форм и участия по желанию в квазипрофессиональных схватках и деловых играх.

Занятия в форме самоподготовки по боевым приемам единоборств проводились 2 раза в неделю по вторникам и пятницам с 14.45 до 16.45. На изучение теоретических составляющих на этих занятиях выделялось 10-15 минут, задачами этого фрагмента являлось продолжение и углубление знаний, полученных при изучении тем на обязательных занятиях.

Формирование арсенала техники боевых единоборств у девушек-курсантов проходило во время, выделяемое расписанием дня для работы спортивных секций три раза в неделю (с 17.00 до 18.45) во вторник, среду и пятницу. Содержание занятий составляло углубленное изучение приемов, знакомство с которыми проходило на основных занятиях, а также технические действия, введенные в состав средств единоборств для девушек-курсантов.

Спортивные состязания и деловые игры по применению арсенала боевых приемов борьбы проводились по специальным планам выходного дня не реже одного мероприятия в два месяца и по отдельным положениям.

Самостоятельная работа девушек-курсантов по изучению базового арсенала боевых приемов борьбы в экспериментальной и контрольной группах осуществлялась на основе внутриуниверситетского положения об организации самостоятельной подготовки обучающихся в университете, утвержденного приказом университета от 29 декабря 2018 № 1488, в соответствии с пунктом 3, в котором к содержанию самоподготовки отнесены выполнение упражнений и специальных приемов по физической подготовке, а также выполнение учебных

заданий, полученных от преподавателей. Самоподготовка для обучающихся является обязательной, и отсутствие обучающегося на самоподготовке без уважительных причин рассматривается как нарушение служебной дисциплины.

### **ГЛАВА 3. БАЗОВЫЙ АРСЕНАЛ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ ЕДИНОБОРСТВ ДЕВУШЕК-КУРСАНТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД И МЕТОДИКА ЕГО ФОРМИРОВАНИЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ ВО ВНЕУЧЕБНОЕ ВРЕМЯ**

#### **3.1. Базовая техника боевых приемов борьбы и особенности формирования ее арсенала у девушек-курсантов образовательных организаций МВД**

Понятие «пол» включает комплекс репродуктивных, общесоматических, социальных и поведенческих характеристик, которые влияют на все основные компоненты жизнедеятельности, в том числе и на возможности противостоять сопернику, противнику или преступнику. Это обстоятельство вынуждает в процессе физического воспитания дифференцировать физическую нагрузку и ее направленность, состав средств воздействия, в том числе состав физических упражнений, используемые приспособления и оборудование, учет психологических и поведенческих особенностей при оценке результативности, активности и реализации двигательных задач.

Таким образом, процесс дифференцирования касается всей сущности профессионального развития, роста личностной профессионально-прикладной физической подготовленности и уровня профессионально-прикладной физической культуры специалиста, исходя из понимания его как субъекта двигательной активности:

- на уровне предметно-познавательном – содержания способов и средств применения боевых приемов борьбы;
- на уровне социальной активности, связанным с осознанием условий, направлений и цели применения боевых приемов борьбы, пониманием социальной значимости и мер достаточности при их применении;
- на уровне активности в области физической культуры, связанным с осознанием, принятием и реализацией принципа систематичности занятий и применения средств борьбы.

Однако предметно-познавательный блок является в этом аспекте наиболее важным и доминантным, так как именно через дифференцирование состава средств и способов применения двигательных действий определяются все остальные компоненты профессионального развития и развития субъектной активности будущего профессионала. 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 на основе учета гендерных особенностей курсантов.

При подборе средств для применения их лицами женского пола следует отдельно выделять средства нападения и средства защиты. Применяемые для нападения 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 нападения неприемлема. Оптимальна лишь та техника, которая построена на рациональной технике и не ставит исполнителя в неудобную позу или стойку. То есть важно, чтобы изучаемые боевые приемы борьбы были относительно простыми, надежными, соответствовали уровню физической подготовленности курсанта и одновременно были эффективными при задержании правонарушителей.

Рассмотрим качество реализации этого требования в Приказе 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, где указано, что главной целью занятий по боевым приемам борьбы является «формирование навыков применения боевых приемов борьбы и обеспечения личной безопасности сотрудников, воспитания смелости, решительности, инициативы и находчивости».

При этом 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. Следует отметить, что предыдущий вариант «Наставления» предполагал практически

такой же состав приемов, что привело в тому, что ученые чаще анализировали методику их изучения («задняя подножка», «передняя подножка», «с захватом ног спереди», «через бедро», «через плечо», «с захватом ног сзади», «отхватом с захватом ноги») (А.Ю. Плешивцев, 2015; Примерная основная образовательная программа высшего профессионального образования, Направление подготовки (специальность) 090915 Безопасность информационных технологий в правоохранительной сфере). Причина исключения приема «отхват с захватом ноги» в процессе обновления основного документа, определяющего процесс физической подготовки, нам неизвестна, но представляется, что применение его в условиях боевого столкновения вызывает трудности.

С точки зрения содержательности состоятельности приемов для подготовки курсантов-женщин этот момент принципиального значения не имеет. Его наличие, равно как и отсутствие, не может оказать существенного влияния на состав применяемых технических действий. С точки зрения подготовки курсантов-женщин к защите, изучение этих приемов имеет важное значение. Но с точки зрения формирования арсенала нападения, они вызывает большие сомнения. 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. А при выполнении броска через бедро и броска через спину требуется значительное применение силы для того, чтобы соперник перенес центр тяжести на носки. Кроме того, старт выполнения завершающего движения в обоих бросках выполняется из И.п. – спиной к сопернику, что усиливает опасность. Очень опасно сопернику, который физически, как правило, сильнее женщины, позволять контролировать спину, не контролируя при этом его действия.

И только два действия, а именно бросок захватом ног сзади, бросок захватом ног спереди, позволяют не оказаться в преднамеренно опасной ситуации. Однако и здесь есть свои проблемы. Данные действия очень сложно

выполнить в типично женской одежде (в юбке или в платье), движение визируется от начала до конца не только выполняющим, но и соперником, соответственно исполняющая прием уязвима в течение всего периода его выполнения. 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 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».

В теории профессионально-прикладной физической подготовки при изучении действий противоборства подготовка к выведению из равновесия представляет собой первую операцию, вторую же операцию составляет выведение из равновесия. По этому поводу А.Н. Валиев (2014) отмечает: «Наработка приёмов и способов выведения атакуемого из равновесия является главным специальным подготовительным упражнением. Именно успех действий в этой фазе предопределяет результативное проведение атакующих действий».

Освоение третьей операции технического действия в схватке заключается в разучивании двух её частей, а именно: способов «выхода» в положения (позы) для бросания – приёмов силового задержания на руку – и собственно самих приёмов приложения сил для осуществления этих действий» (А.Н. Валиев, 2014).

Таким образом, автор признает, что качественно выполненное выведение из равновесия представляет собой высокий уровень силового доминирования над противником.

Иными словами, 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 само страховки, хвататы 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, но могут быть 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, характер которых определяется их принадлежностью к женскому полу, а возможность нападения может характеризоваться вероятным нахождением в малолюдных местах в вечернее время в соответствии со служебными потребностями. В таком случае преступный умысел может быть остановлен только внезапностью самозащиты, хорошо организованным применением арсенала самозащиты с использованием простых приемов и действий, а также с использованием подручных средств (сумочка, зонт, книга, журнал, обувь с острыми каблуками и др.), что совершенно не изучается в процессе подготовки мужчин по понятным причинам.

Другая ситуация возникает при подготовке к защите против соперника или преступника, которому невозможно поставить условия ведения поединка, который может применить любое техническое действие. Для надежной защиты от приема ее необходимо увидеть и осознать до того, как прием будет доведен до завершающей фазы выполнения. Выполнение эффективной защиты возможно только в том случае, если для исполнителя защиты двигательное действие по содержанию выполнения и подготовки является хорошо знакомым. То есть результативное проведение защиты зависит от наличия навыка распознавания двигательного образа и образа благоприятной ситуации для выполнения приема.



В этой связи предлагаемые основополагающие документы для изучения приемов и упражнений могут без изменения применяться на занятиях. Часть из них является базовыми, другая часть применяется в ознакомительном курсе, где решаются задачи обеспечения защиты от активного нападения противником.

Условно можно выделить группу базовых подготовительных упражнений и группу базовых технических действий. В качестве базовых технических действий может быть определено предметное содержание сложных приемов в типичных специфических ситуациях. Их понимание позволяет женщине-полицейскому в конфликтном взаимодействии обеспечить точное выполнение техники противодействия.

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. Надо понимать, что 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 включались ролевые игры и моделирование условий и обстоятельств применения приемов борьбы сотрудниками полиции в разнообразных ситуациях.

Таким образом, в состав базового арсенала боевых приемов борьбы девушек-курсантов для самостоятельного изучения и изучения во внеурочное время могут быть введены:

- 1) группа элементарных приемов борьбы (приемы страховки и само страховки, хваты и захваты, стойки и передвижения);
- 2) выведения из равновесия и переводы в партер;

- 3) специфические приемы самозащиты женщин при нападении;
- 4) комбинации изученных приемов самозащиты;
- 5) удары как компоненты комбинаций и самостоятельные приемы.

Из числа указанных к изучению групп приемов борьбы достаточно известными и детально рассмотренными в теории профессионально-прикладной физической подготовки курсантов образовательных организаций МВД являются методика и содержание обучения и совершенствования техники элементарных приемов борьбы, ударов, а также теория и методика сочетания комбинаций приемов и ударов.

Выведения из равновесия и переводы в партер рассматривались лишь как операции технического действия противоборства, включающие ряд динамических ситуаций, благоприятствующих усвоению таких биомеханических основ техники противоборства, как устойчивость и нарушение устойчивости, направления выведения из равновесия и др., а также как главные специальные подготовительные упражнения (А.Н. Валиев, 2014).

Недостаточно изученными у девушек-курсантов являются структура и состав технического арсенала действий, которые должны способствовать противодействию нападению и характер которых определяется принадлежностью к женскому полу.

Исходя из изложенных выше фактов, следует уделить особое внимание изучению структуры и содержания группы приемов выведения из равновесия и переводов в партер, составу боевых приемов борьбы, характер которых связан с гендерными характеристиками.

Совокупность реализации этих средств должна обеспечить решение следующих задач:

- личная безопасность сотрудников при выполнении служебных задач;
- осознание условий, направлений, качество выполнения и цели применения боевых приемов борьбы;
- осознание, принятие и реализация принципа систематичности занятий и применения средств борьбы;

- формирование опережающего оперативно-тактического мышления;
- теоретическая подготовка для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой, в том числе с применением средств борьбы.

Качество решения этих задач является критерием оценки эффективности предложенного подхода. Анализ литературы позволяет выделить совокупность характеристик и показателей, обеспечивающих качественный мониторинг искомых и изложенных выше состояний.

В соответствии с методикой, предложенной А.А. Бучневым (2013), выявлялись:

- 1) своевременность выбора атакующих и защитных приемов;
- 2) своевременность ухода от захватов противника;
- 3) качество выведения противника из равновесия (как ведущего компонента подготовки броска) и выполнения переводов в партер;
- 4) способность и наличие навыков маневрирования;
- 5) наличие навыков ориентировки в пространственных параметрах двигательных действий, навыков объективной оценки ведущих параметров двигательных действий;
- б) характер взаимосвязи ведущих компонентов маневрирования с показателями реализации боевых действий.

Перечисленные критерии позволяют судить о степени реализации всей совокупности задач, но качественно на высоком уровне оценивать степень формирования опережающего оперативно-тактического мышления и уровня теоретической подготовленности для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой с применением средств борьбы.

Степень готовности к обеспечению личной безопасности сотрудников при выполнении служебных задач зависит не только от качества применения приемов нападения, но и от степени реализации приемов защиты. В случае с женщинами, когда физическое состояние не позволяет им использовать сложные

в техническом плане приемы, качество защиты зависит от степени сформированности навыков распознавания образа специфической ситуации выполнения атакующего действия. Для проверки этих способностей применена методика, предложенная и апробированная в диссертационной работе Ю.Н. Рогова (2015).

Критериями оценки являлись:

- 1) качество теоретических знаний приемов нападения, защиты, комбинаций;
- 2) качество реализации технического задания, неизвестного сопернику, в 4-х минутной боевой схватке.

Реализация данных критериев, кроме решения своих основных задач, позволяет судить о степени осознания условий качественного выполнения боевых приемов борьбы, о степени развития опережающего оперативно-тактического мышления и уровне теоретической подготовленности для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой с применением средств борьбы.

Получаемые в процессе мониторинга результаты технической и боевой подготовленности в текущем режиме использовались для коррекции процесса индивидуальной подготовки, однако общее обсуждение и расчеты проводились в начале эксперимента, после семестра занятий и на завершающем этапе эксперимента в конце учебного года.

Среди задач физического воспитания, различных уровней формирования личностной физической культуры человека значительное место занимает процесс обучения двигательным действиям. Особенности построения этого процесса существенным образом зависят от возраста занимающихся, задач, решаемых с помощью изучаемых действий, половой принадлежности занимающихся и других переменных факторов. Регулируются взаимодействия всех этих компонентов на основе общей теории обучения и на теории обучения двигательным действиям, которая является частным проявлением первой теории.

Конечно, всю совокупность имеющихся знаний по данным разделам науки раскрыть не имеется возможности, однако некоторые основополагающие позиции следует отметить.

Теория обучения определяет условия развития и функционирования учебного процесса как системного явления (М.М. Боген, 1982, 1985; В.И. Байденко, 1998; Г.К. Селевко, 1998; А.В. Хуторской, 1998; А.Ю. Буздов, 2008 и др.). Изучая применение общей теории обучения при построении системы учебного процесса, В.А. Сластенин и Г.И. Чижакова (2002) выделяют ряд основных элементов ее функционирования, имеющих значение для изучаемого объекта, к которым можно отнести следующие:

1. Причисление теории обучения к системным категориям, обоснованию компонентов, взаимосвязей компонентов и их взаимодействия с точки зрения обеспечения качественного функционирования системы и достижения системного эффекта.

2. Обеспечение деятельности системы учебного процесса на основе применения оптимальных системных управленческих способов, оптимальных методик, обеспечивающих достижение системного эффекта и цели обучения, использование оптимальных педагогических условий организации учебного процесса.

3. Применение новых методик совершенствования учебного процесса и прогнозирование результатов деятельности после экспериментального подтверждения ее позитивного воздействия на системные результаты учебного процесса.

4. Введение в систему учебного процесса подсистемы мониторинга состояния учебного процесса и уровня подготовленности обучающихся, обеспечение непрерывной прямой и обратной связи между участниками педагогического процесса.

Все элементы общей теории обучения адаптируются для теории обучения конкретным дисциплинам, в том числе и для теории и методики физического воспитания, теории и методики профессионально-прикладной физической

подготовки и теории спорта. То есть эти позиции являются методологическими основаниями построения методики начального обучения технике перевода в партер (как составной части теории и методики профессионально-прикладной физической подготовки и теории спорта).

Процесс развития двигательных навыков в части, связанной с формированием знаний, опирается на общую теорию обучения. Однако ее основу составляет учение об управлении произвольными движениями человека, в свете современных представлений которой лежат научные идеи таких выдающихся ученых, как И.М. Сеченов (1947) («... все бесконечное многообразие внешних проявлений мозговой деятельности сводится окончательно к одному лишь явленно – мышечному движению»), И.П. Павлов (1951) (механизм управления движениями человека через рефлекторную дугу), Н.А. Бернштейн (1964) (концепция «физиологии активности»; уровни построения движений) и многих других отечественных и зарубежных физиологов. Но наиболее точную упорядоченность всех компонентов двигательной деятельности дает рассмотрение функциональной архитектоники и принципов функционирования на основе закона упорядочения деятельности subsystem при учете целевой установки на получение полезного результата, или теория функциональных систем, автором которой является П.К. Анохин (1975, 1978). Его подход строится на предположении о том, что единицами целостной деятельности организма являются динамические, самоорганизующиеся функциональные системы. «Функциональная система», которая, по мнению П.К. Анохина, представляет собой динамическую, саморегулирующуюся организацию, избирательно объединяющую структуры и процессы для достижения полезных приспособительных результатов. То есть показателем качества функциональной системы является достижение приспособления организма человека как системного результата взаимодействия частей целого организма, его структурных и функциональных составляющих. Общим принципом взаимодействия функциональных систем является принцип доминантности (по А.А. Ухтомскому, 1951).

В соответствии с учением П.К. Анохина, наиболее важным и присутствующим во всех программах, в том числе и в программах произвольных движений, является блок исполнения действия и блок получения результатов. Но эти блоки являются производными от блока афферентного синтеза, блока принятия решения, блока составления программы действия, или программы деятельности. Качественное исполнение блока действия не может быть оценено, если не будет произведено сличение программы и результатов действия (деятельности). Поэтому в иерархии блоков управление исполнением действия является доминирующим для блока обратной связи, поставляющим информацию о параметрах и результатах совершенного действия в управленческие центры.

Таким образом, можно представить в самых общих чертах блочную схему управления действиями человека в виде иерархической системы (рис. 1), которая позволяет понять функциональную систему, механизмы ее функционирования за счет уточнения содержания каждого блока, участвующего в выполнении двигательного действия.

Так, согласно теории П.К. Анохина, афферентный синтез осуществляется на основе взаимодействия четырех факторов: пусковой афферентации, обстановочной афферентации, памяти и мотивации. Афферентация представляет собой сигналы-ощущения, которые идут в нервные центры по чувствительным (афферентным) нервам. В результате афферентации возникает восприятие ситуации, оно сличается с информацией, находящейся в кратковременной или долговременной памяти.

Кроме того, сличаются информация, получаемая от пусковой с обстановочной (фоновой) афферентацией, и принимается окончательное решение о способе реагирования. Пусковая афферентация отвечает на вопрос о сроке осуществления действия или деятельности, тогда как пусковая – на вопрос о способе ее осуществления. Но для реализации двигательных действий или процессов деятельности необходимо воздействие пусковых раздражителей.

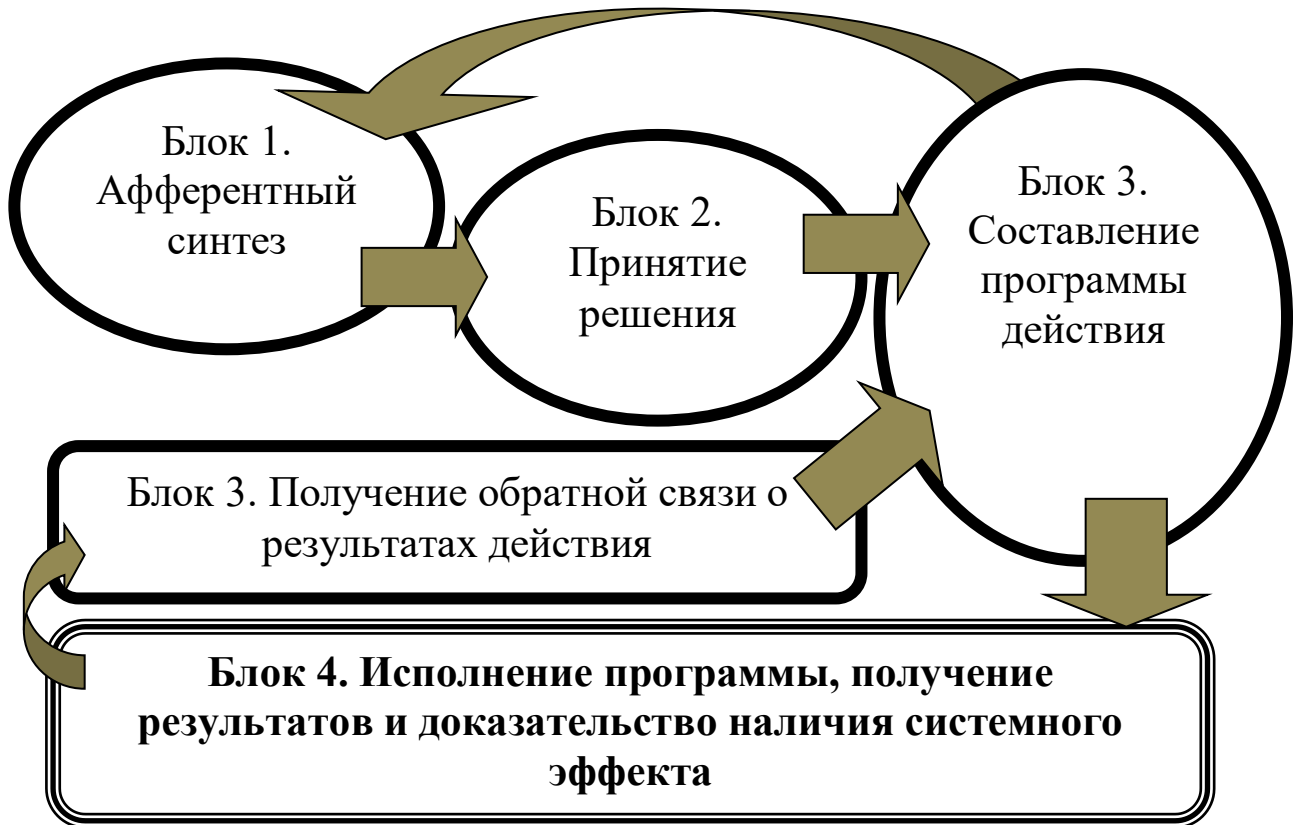


Рисунок 2 – Принципиальная схема блочной схемы управления движениями в «функциональной системе» (в соответствии с теорией П.К. Анохина)

Вслед за аффферентным синтезом развивается процесс принятия решения, позволяющий из числа множества вариантов выбрать один.

Программирование действия или действий предусматривает решение двух важнейших задач:

- 1) определяет последовательность и предполагает составление механизма реализации компонентов (деталей техники) движения;
- 2) предусматривает временно-пространственные и динамические (пространственные, силовые, скоростные, темповые и др.) характеристики исполняемого движения.

Принятое решение об ответе на вызов внешней среды становится основой мотива действия и мотивационного возбуждения, а также появления «модели потребного будущего» (по Н.А. Бернштейну, 1947) или опережающего отражения результата деятельности.



Вся функциональная система произвольного управления движениями и действиями человека, по П.К. Анохину, в полной мере отражается в следующей схеме (рис. 3).

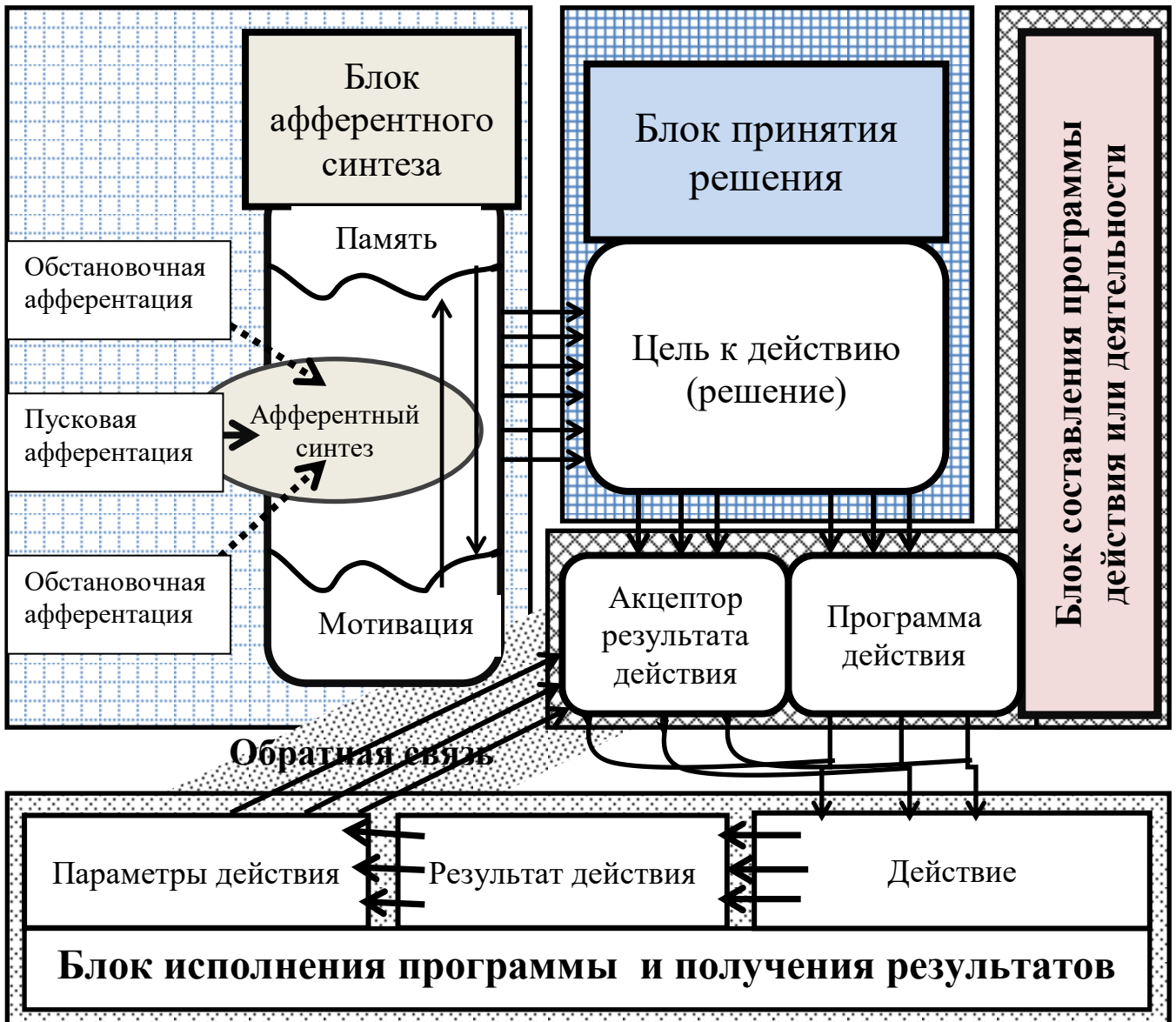


Рисунок 3 – Схема функциональной системы по П.К. Анохину

Теория функциональной системы позволила ученым в области спортивной дидактики (М.М. Боген, 1982, 1985; Л.П. Матвеев, 1991, 2004; Г.С. Туманян, 1998, 2000; Ю.Ф. Курамшин, 2004; К.Д. Чермит, 2005 и др.) подвести теоретическую основу под общей методикой формирования двигательного

навыка, так как эффективность любого учебного процесса определяется умением организовать его в соответствии с физиологическими, психологическими, педагогическими и структурными закономерностями, лежащими в основе современных теорий и концепций обучения.

Блочная система функционирования организма при овладении действием вызывает закономерное появление блоков обучения, состоящих из следующих компонентов:

1) формирование положительной мотивации на изучение и выполнение двигательного действия (совокупности стойких мотивов, побуждений, определяющих содержание, направленность и характер деятельности личности, ее поведение: желание успеха – активность – определение цели – достижение успеха);

2) формирование знаний о сущности, структуре, элементах и ритме двигательного действия, внешних условиях обеспечения эффективности, представлений об основных опорных точках двигательного действия (по М.М. Богену, 1985) – условий, требующих концентрации внимания для успешного выполнения двигательного действия);

3) создание представления (зрительного образа двигательного действия, смыслового образа, двигательного образа на основе двигательного опыта) об изучаемом движении по каждой основной опорной точке;

4) освоение изучаемого двигательного действия в целом на основе знаний и предшествующих двигательных навыков;

5) совершенствование техники реализации двигательного действия на основе пластичности нервной системы, обеспечивающей высокую степень тренируемости.

Физиологическим механизмом формирования двигательных навыков, благодаря которому вырабатываются новые приобретённые виды двигательной деятельности, являются временные связи, возникающие условно-рефлекторным путём. При этом через первую и вторую сигнальные системы устанавливаются связи между раздражителями и последующей деятельностью, а также

вырабатываются новые ответные двигательные реакции с соответствующим характером протекания не только двигательных, но и вегетативных функций, за счет чего происходит развитие определенных двигательных качеств, поддерживающих и повышающих эффективность выполняемого двигательного действия.

Исходя из общей теории построения учебного процесса, теории обучения двигательным действиям, физиологии и механизмов формирования двигательных навыков, ученые в области спортивной дидактики (М.М. Боген, 1982, 1985; Л.П. Матвеев, 1991, 2004; Г.С. Туманян, 1998, 2000; Ю.Ф. Курамшин, 2004; К.Д. Чермит, 2005 и др.) выделяют, как правило, три этапа обучения, различающиеся между собой целевыми установками, реализуемым набором задач, применяемых средств и методов при обучении и исправлении ошибок.

Первый этап – этап начального разучивания, целью которого является формирование у обучающегося основы техники изучаемого движения и умения его выполнения в общих чертах. Цель этапа реализуется в следующих основных задачах:

- сформировать у занимающихся смысловое и зрительное представление о двигательном действии и способе (способах) его выполнения;
- создать двигательные представления о структуре и ритме изучаемого действия;
- обеспечить умение целостного выполнения двигательного действия в общих чертах;
- предупредить или устранить искажения в основе и определяющем звене техники двигательного действия.

Вторым этапом обучения является этап углубленного разучивания, целью которого является формирование двигательного умения (уровень реализации двигательного действия, которое характеризуется сосредоточением внимания исполняющего к структуре и деталям техники). Основными задачами этого этапа являются:

- обеспечить исполнение действия во всех основных опорных точках как в основе, так и в деталях техники;
- добиться целостного выполнения двигательного действия на основе сознательного контроля пространственных, временных и динамических характеристик техники;
- устранить мелкие ошибки в технике, в первую очередь в ее основном звене.

В качестве третьего этапа обучения двигательным действиям выделяется этап закрепления и дальнейшего совершенствования действия, в результате реализации которого двигательное умение переводится в двигательный навык (уровень реализации двигательного действия, которое характеризуется сосредоточением внимания на результате выполнения двигательного действия, а не на деталях техники), обладающий возможностью его целевого использования. Совокупность реализуемых на этапе задач определяется физиологическими механизмами и закономерностями формирования двигательного навыка, а именно:

- обеспечить стабильность и автоматизм выполнения двигательного действия;
- довести до необходимой степени совершенства индивидуальные черты техники;
- обеспечить выполнение двигательного действия в соответствии с требованиями его практического использования, в том числе обеспечить вариативное использование действия в зависимости от условий его исполнения.

Совокупность технических приемов, обеспечивающих перевод в партер, представляет собой сложные технические действия, содержащие как минимум две основополагающие и крайне важные детали техники, а именно техническое действие, обеспечивающее выведение из равновесия, и следующее за этим элементарное движение, продолжающее первое действие и позволяющее непосредственно перевести в партер. Обучение, в соответствии с теорией обучения, должно начинаться с ведущего звена техники. Несмотря на то что

техническое действие называется «перевод в партер», ведущим звеном является не это движение, а выведение из равновесия. Поэтому на первом этапе обучения, в зависимости от подготовленности занимающихся, возраста, пола, физической подготовленности, формирование у занимающихся смыслового и зрительного представления о двигательном действии, представления о структуре и ритме изучаемого действия, может осуществляться одним из трех способов:

1) целостным способом демонстрации и выполнения двигательного действия;

2) расчлененным способом демонстрации и выполнения двигательного действия, при котором основное внимание уделяется выведению из равновесия как элементу приема;

3) расчлененным способом демонстрации и выполнения двигательного действия, при котором основное внимание уделяется выведению из равновесия и его связке со способом перевода в партер.

При этом первый способ более целесообразен к применению при решении задач, связанных с формированием положительной мотивации на изучение и выполнение двигательного действия, формирование знаний о сущности элементов и ритме действия, а также на создание представления об изучаемом движении.

Второй и третий способы позволяют обеспечить исполнение действия в основе техники, в деталях техники, а также добиться целостного выполнения двигательного действия. Кроме того, второй способ организации обучения целесообразен к применению в условиях устранения типичных ошибок в основе техники, особенно таких как закрепощенность тела при выполнении определяющего звена техники, наличие лишних и ненужных движений в структуре основы техники, искажение движения по показателям амплитуды, направления и ритма двигательного действия. Своевременный переход от целостного метода изучения к расчлененному способу выполнения двигательного действия с доминантой внимания выведению из равновесия способно обеспечить безошибочное изучение определяющего звена техники и

более качественное усвоение всей техники перевода в партер. Решение задач первого этапа обучения достигается за счет их последовательной реализации в соответствии с заявленной очередностью.

Одновременно следует понимать, что появление ошибок может быть обусловлено разнообразными внешними и внутренними факторами. В частности, факторами риска могут быть педагогические ошибки (недостаточно ясное представление двигательной задачи обучающимся в силу ошибок педагога; влияние конкурирующих навыков, неправильное выполнение предыдущих действий, связанное с несвоевременным исправлением ошибок), личностные свойства и психологическое состояние обучающегося (боязнь, невнимательность, неуверенность, повышенная возбудимость, состояние утомления), недостатки физической подготовленности (слабое развитие координационных и кондиционных способностей).

Для исправления ошибок в первую очередь следует определить причинно-следственные связи этих ошибок, затем следует провести коррекцию ошибок и показать пути устранения следствий основной и производной ошибки, показать правильное исполнение и предоставить обучающемуся дополнительное время и попытки для овладения правильным способом выполнения. Если причиной появления ошибок являются недостатки в координационной и кондиционной подготовке занимающегося, следует учитывать невозможность их быстрого устранения, требуется ввести в состав средств физических упражнений подводящие и подготовительные упражнения, в том числе и в форме индивидуальных и групповых заданий на дом.

Задачи второго этапа реализуются либо последовательно, либо параллельно. При этом преимущество в применении отдается второму подходу. Эффективность решения задач обеспечивается правильным подбором состава средств воздействия (основных, подводящих и подготовительных упражнений), соответствием применяемых средств и нагрузки возрастно-половым и физическим особенностям занимающихся, а также используемыми приемами и средствами обучения. И на втором этапе обучения преимущественно

применяется метод целостного исполнения двигательного действия, хотя при обеспечении исполнения действия в основных опорных точках и в деталях техники, а также при устранении мелких ошибок в технике выведения из равновесия более эффективным оказывается расчлененный метод.

Если на первом этапе обучения зрительные и звуковые средства применялись в основном для создания общих представлений о закономерностях исполнения перевода в партер, то на втором этапе совокупность средств обеспечения наглядности (зрительной, звуковой, тактильной и двигательной) обеспечивает создание ощущений правильного исполнения техники во времени и в пространстве, ее ритма, деталей и определяющего звена техники. При этом эффективность и значимость применения тактильного ощущения как средства обеспечения принципа наглядности существенно возрастает. Следует подчеркнуть повышающееся значение собственной рефлексии качества выполнения двигательных действия, деталей техники. В этой связи методы применения слова изменяются относительно первого этапа, они перестают носить преимущественный характер информирования и передачи знаний. Ведущими способами применения слова становится анализ и разбор техники действий, беседы участников образовательного процесса (тренера с обучающимися, обучающихся между собой), что позволяет каждому более углубленно познать технику изучаемых действий.

В силу того, что качество исполнения двигательного действия в большой степени зависит от уровня развития двигательных качеств, на этом этапе широко используются комплексы разнообразных средств, включающих основные упражнения (переводы в партер, выведения из равновесия), подводящие упражнения (которые подготавливают к освоению основного действия путем его имитации либо воспроизведения в упрощенной форме) и подготовительные упражнения.

Подбор физических упражнений, как на втором, так и на третьем этапах обучения должен осуществляться с учетом закономерности переноса двигательного навыка и потребности в обеспечении ее положительного

проявления (Положительный перенос представляет собой такое взаимодействие навыков, когда ранее сформированный навык облегчает процесс становления нового в силу структурного сходства в главных фазах этих двигательных действий. Отрицательный перенос проявляется в форме затруднения процесса образования нового двигательного навыка из-за сформированного раньше навыка, что является следствием сходства в подготовительных фазах движений и его отсутствия в основном звене). Наиболее часто проявление отрицательного переноса навыка проявляется при реализации силовых приемов, что существенно закрепощает движения и не позволяет удерживать соответствующий ритм при выполнении выведения из равновесия. Это обстоятельство не оставляет сопернику времени для соответствующего ответа и выхода центра тяжести за пределы проекции опоры, и поэтому процесс перевода в партер накладывается на наличие устойчивого состояния противника, что обеспечивает срыв приема.

Эффективность использования различных упражнений (основных, подготовительных, подводящих, имитационных) достигается за счет точного понимания цели и задач их применения, обеспечения структурной взаимосвязи подготовительных, подводящих и имитационных упражнений с основными двигательными действиями (выведением из равновесия и переводом в партер) по закономерностям положительного переноса, четкого дозирования объема и интенсивности упражнений в соответствии с этапом и уровнем овладения действием, физического состояния занимающихся и т.п., организации и проведения контроля и самоконтроля за качеством выполнения двигательных действий и реализуемой физической нагрузки.

В рамках одного занятия процесс обучения двигательным действиям на этом этапе следует проводить в первой половине основной части урока, когда еще не наступило значительное утомление, при этом задачи развития навыков перевода в партер, навыков выведения из равновесия могут составлять основную задачу целостного тренировочного урока.

Основные задачи этапа закрепления и дальнейшего совершенствования двигательного навыка могут решаться как одновременно, так и последовательно



в силу их тесной взаимосвязи. При этом следует увеличить объем и интенсивность повторений:

– в обычных условиях, тем самым решается задача обеспечения стабильности и автоматизма выполнения двигательного действия;

– в непривычных условиях, тем самым решается задача доведения реализуемого двигательного действия до необходимой степени совершенства, а также обеспечения вариативности двигательного действия в соответствии с требованиями его практического использования.

Реализация требований, связанных с обеспечением вариативности в использовании действий, требует изменения условий исполнения, в том числе весо-ростовых характеристик партнеров, степени сопротивления, физического состояния проводящего прием и соперника (утомленность, состояние боевой готовности и т.п.), моделирование партнерами разных стилей борьбы, разных стоек, передвижение соперника в различные стороны и др.

Кроме того, выполнение задачи обучения, связанного с требованиями практического использования двигательного действия, требует обеспечения сохранности этого навыка. Как известно, двигательные навыки, как и другие проявления временных связей, недостаточно стабильные в начале образования. Поэтому процесс формирования двигательного навыка конкретного перевода в партер нецелесообразно проводить дискретно, растягивая процесс во времени. С другой стороны, эффективность выполнения двигательных навыков, особенно навыков высокой координационной сложности, к каковым относятся и приемы перевода в партер, со временем утрачиваются по «закону угасания двигательного навыка». Угасание навыка проявляется в случае, если техническое действие не повторяется длительное время. Признаком угасания навыка является неуверенность в качестве исполнения действия, при этом происходят частые срывы, утрата способности к точной дифференцировке движений, нарушения координационных отношений между деталями техники, исчезает способность исполнять некоторые элементы движений. При этом сформированный навык

утрачивается только на последних этапах онтогенеза, а до этого он может быть восстановлен.

Поэтому третий этап формирования двигательного навыка должен воспроизводиться в процессе подготовки множество раз.

В теории обучения борьбе сформулированы некоторые общие позиции перевода в партер и выведения из равновесия, которые имеют большое значение для рассматриваемого вопроса. Сложность выполнения перевода в партер и выведения из равновесия резко возрастает, когда один или оба партнера передвигаются. При этом дополнительную трудность представляет выполнение выведения из равновесия в сторону передвижения или противоположную от передвижения сторону, выведение или перевод в партер вперед при отступающем или наступающем противнике, либо выполнение действия назад при отступающем или наступающем противнике. При этом выполнение технического действия требует либо специальной подготовительной фазы действия, либо создается благоприятная ситуация, требующая незамедлительного начала исполнения целостного приема. Например, когда соперник движется в обратную сторону предполагаемого выведения и перевода в партер, необходимо выполнить подготовку к выведению, т.е. толкнуть или рвануть в сторону его передвижения, что будет противоположным приложением сил выведению и переводу. Выведение из равновесия и переводы на так называемом противоходе (по принципу «волны») очень эффективны и считаются вершиной овладения техникой, но их исполнение требует тонкого понимания законов борьбы и единоборств.

При выполнении перевода в партер нельзя останавливать движение, выполняемое для вывода противника из равновесия. Выход центра тяжести за проекцию опоры позволяет нападающему комфортно продолжать решать свою двигательную задачу. Если же соперник возвратится в устойчивое положение, то исполняющий прием сам оказывается в опасном положении, которое характеризуется устойчивым состоянием атакуемого и неустойчивым состоянием атакующего. То есть атакующий попадает в проигрышное

положение. Поэтому до завершения процесса выведения из равновесия и до перехода к применению сил, направленных на осуществление непосредственного перевода в партер, не следует ослаблять действие сил, приложенных для выведения из равновесия.

Из равновесия легче вывести напряженного противника, чем расслабленного, в связи с чем следует использовать скованность противника за счет правильной работы кистей и ложных поворотов туловища, при этом самому следует сохранять по возможности мышцы в расслабленном состоянии, так как это позволяет быстрее исполнить действие.

Выведение из равновесия и последующий за этим перевод в партер будет легче осуществить, если использовать силу и инерцию соперника (тянуть, когда противник толкает, поворачивать туловище, уходя от прямолинейных движений соперника; толкать, когда противник тянет, шагать вперед по диагонали, сводя прилагаемые усилия на нет).

Противник сам попадает в сложное в координационном плане положение в момент входа или выхода из приема, что приводит к необходимости контроля руками и корпусом движений соперника, не допуская ситуации потери устойчивой опоры.

Передвижение во время выведения противника из равновесия должно обеспечить еще большее воздействие на противника, для того чтобы лишить его возможности восстановить утраченное устойчивое положение. Атакующий при передвижении должен не уменьшать воздействия на противника, а наоборот, усиливать его тягой или толчками руками, наклоном, отклонением или поворотом туловища, усилением упора на опорную ногу.

Практика подготовки в этом аспекте использует два квазипрактических метода:

– применение технических действий в условиях спортивного поединка, что обеспечивает некоторое нарастание психологической напряженности при применении приемов;

– знание общих закономерностей построения противоборств и поединков как основы для выбора наиболее оптимальной линии поведения в условиях боевого соприкосновения с противником.

Первый постулат очевиден. Специально организованные тренировки и соревнования в служебно-прикладных единоборствах позволяют совершенствовать приемы борьбы в условиях, максимально приближенных к условиям реального поединка, а также развивать физические и совершенствовать морально-волевые качества применительно к служебно-боевой деятельности сотрудников полиции. Данный компонент отражен в требованиях нормативно-правовых документов, в частности в Наставлениях по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации (приказ МВД России от 13 ноября 2012 г. № 1025дсп).

Второе направление подготовки, связанное со знанием общих закономерностей противоборств, формируется значительно сложнее, так как является системным эффектом всей совокупности профессионального обучения, в том числе и обучения в области физической культуры и боевых единоборств. В этой связи его реализация требует направленного обучения по каждой дисциплине и междисциплинарному взаимодействию их всех вместе. Кроме того, каждый вид обучения должен иметь свои конкретные разработки, касающиеся только определенного учебного предмета, но направленного на формирование общих позиций понимания закономерностей единоборств.

### **3.2. Приемы выведения из равновесия, переводов в партер и специфических приемов самозащиты женщин при нападении, составляющих содержание процесса обучения единоборствам во внеучебное время девушек-курсантов образовательных организаций МВД**

Психологическая напряженность человека, выполняющего обучающие движения или движения, от которых может зависеть жизнь или возможность получения травмы, конечно же, разная. Обучая движениям, невозможно

адаптироваться к перенесению психологических трудностей боевых действий с преступником. Данная проблема усугубляется у женщин в силу их физических и психологических особенностей. Кроме того, в практике задержания правонарушителей часто приходится применять технические действия, которые обеспечивают демонстрацию психологического и физического доминирования, нежели чем наносить травмы и добиваться физической недееспособности нарушителя. Именно по этой причине большое значение в системе профессионально-прикладной подготовки работников охраны порядка придается навыкам проведения переводов в партер. Для женщин эта позиция усиливается относительной безопасностью выполнения достаточно простых технических действий.

В этой связи приобретают особую значимость технические действия, которые обеспечивают перевод соперника из борцовской стойки в партер или на четвереньки. Но данная группа приемов практически остается неразработанной в силу недостаточной востребованности их в процессе спортивного единоборства, а также из-за малой эффективности как самостоятельных приемов. Неясность в компонентах обучения касается содержания состава, объема технических действий, способов оценки их выполнения, особенностей этапов обучения, других компонентов методики.

Сложность отбора состава приемов заключается еще и в том, что не представляется возможность определить эффективные приемы перевода в партер, ибо в видах боевых искусств такие действия не подлежат оценке. Кроме того, зачастую перевод в положение партера или на четвереньки соперника происходит в результате недостаточно качественно выполненного броскового приема. Вместе с тем даже небольшое движение вперед в этом направлении в дальнейшем облегчает освоение данного приема.

Состав технических действий по переводу соперника из борцовской стойки в партер можно разделить на две самостоятельные группы, а именно:

1) группа бросков, недостаточное качество исполнения или точная реализация пространственно-смысловой модели деятельности которых обеспечивает перевод соперника в партер, а проводящий остается в стойке;

2) группа технических действий, которые применяются в спортивных видах борьбы в основном для начала комбинаций и завершаются переводом соперника в партер.

Если оба соперника при реализации приема оказываются в положении партера, то проводящий прием не позволяет контролировать противника, то есть главная целевая установка фрагмента действия не достигается. Таким образом, прием, выполняемый заведомо с переходом в партер (например: бросок через спину с колен, бросок через себя с упором стопы в живот), не должен входить в исследуемую группу технических действий.

Вторая группа технических действий классифицируется и частично рассматривается в видах борьбы, где такой вид двигательной деятельности обеспечивает исходное положение для достижения конечной цели борьбы – туше или опасное положение для соперника. В частности, в обосновании классификации техники классической борьбы, разработанной Н.М. Галковским, А.З. Катулиным и Н.Г.Чионовым (1968) в технике борьбы стоя выделяются переводы, сбивания и броски. В процессе своего развития данная классификация была в 1987 году усовершенствована, но в составе технических действий в стойке была утеряна целая группа технических действий, а именно переводы, и обозначены лишь перевороты, броски и сваливания. При этом очень подробно описаны переводы в партере, к которым отнесены переводы скручиванием, забеганием, переходом, перекатом, накатом, прогибом.

В 1978 году А.П. Купцовым была предложена Единая классификация технических действий, получившая широкое распространение в Советском Союзе для четырех видов борьбы, с том числе и для борьбы самбо и дзюдо. Автор разделил технику борьбы стоя на три группы, а именно на броски, переводы и сваливания. При этом ограничения, связанные с особенностями каждого вида борьбы, не позволили внести в классификационную решетку всю

совокупность технических действий, что вызвало критику со стороны теоретиков и практиков борьбы. Однако мы считаем, что введение в состав средств ведения поединка в борьбе самбо и дзюдо переводов является прогрессивным шагом, приблизившим современное спортивное сообщество к более глубокому пониманию сути и идеологии единоборств.

Высокого уровня в создании единой классификации и разработке терминологии технических действий в спортивной борьбе достиг Ю.А. Шулика (1988), который в основу классификации положил биомеханические признаки. Согласно типологии Ю.А. Шулики (1988), вся техника борьбы состоит из 3-х подразделов:

- начальных, основных и вспомогательных технических действий, при этом к начальным действиям отнесены передвижения, стойки, захваты, то есть вся совокупность двигательных действий, без которых не может быть осуществлено основное действие;

- основных технических действий, то есть действий, в результате которых тело противника переводится из исходного положения в выигрышное. При этом автор выделяет пять разделов: стоя, полустоя, полулежа и лежа, каждый из которых имеет набор характерных атакующих и защитных технических действий;

- вспомогательных технических действий, к которым отнесены действия, помогающие применить основное техническое действие или обеспечить защиту.

В разделе борьбы стоя и полустоя выделяются подразделы «сбивание» и «полусбивание». При этом автор, на наш взгляд, необоснованно сводит в единую группу сбивание и переводы. Но надо отметить, что ученый не уверен в верности своего предположения и по этой причине дважды поясняет свою позицию, а именно: в таблице рисунка (рис. 4) и в тексте при определении состава техники раздела борьбы стоя. Автор включает подразделы: броски, сбивания (бывшие переводы), контрброски, контрсбивания.

Надразделы					
Н.Т.Д. (начальные технические действия: маневр стойками, передвижением, захватами)		О.Т.Д. (основные технические действия) Подразделы борьбы		В.Т.Д. (вспомогательные технические действия)	
Разделы борьбы		Подразделы борьбы			
Соя		1. Броски 2. Сбивания (переводы)* 3. Контрброски 4. Контрсбивания	Динамические подготовки к атаке Комбинации приемов		
Полустоя		1. Полуброски 2. Полусбивания 3. Броски снизу 4. Сбивания снизу	Защита статическая Защита динамическая		
Полулежа (для вольной, самбо и дзюдо)		1. Перекатывания 2. Броски лежа 3. Сбивания лежа			
В партере		1. Перебрасывания 2. Перевороты 3. Сбрасывания **			
Лежа		1. Дожимы 2. Перекаты снизу **			
* — сваливания в данной классификации отнесены к броскам, поскольку их техника идентична бросковой и отличается только оценкой в баллах, в зависимости от качества проведения броска.					
** — не указаны болевые и удушающие приемы для самбо и дзюдо					

Рисунок 4 – Классификация техники борьбы до уровня подразделов по Ю.А. Шулике (1988)

При всей спорности компонентов классификации, предложенной Ю.А. Шуликой, все же его несомненной заслугой является то, что им расширен непосредственный арсенал приемов борьбы дзюдо и самбо техническими действиями, которые входили в состав этих видов спорта как вспомогательные



действия, но в процессе обучения на них не обращалось достаточное внимание. Кроме того, классификация, предложенная Ю.А. Шуликой, обеспечила понимание общих законов построения единоборств, взаимосвязей видов борьбы.

Однако, несмотря на то что с момента публикации и обсуждения классификации Ю.А. Шулики прошло более 25 лет, в программных документах, определяющих содержание подготовки борцов самбо, дзюдо, служебно-прикладных единоборств, не отражена вся совокупность приемов и совершенно не представлены переводы в партер, которые ошибочно профессором Ю.А. Шуликой отнесены к группе сбиваний. При этом сам автор на протяжении всего описания данной группы технических действий подчеркивает «сбивания (бывшие переводы)», но не поясняя различий между ними.

Характерным признаком сбивания автор считает отсутствие в структуре технического действия – элемента вращения туловища противника вокруг его продольной оси, из чего следует, что биомеханическая сущность сбиваний заключается в вертикально-горизонтальном (по диагонали, сверху вниз) воздействии на одну сторону тела противника.

На наш взгляд, сущностной характеристикой перевода в партер является любое воздействие на противника, в результате которого соперник оказывается стоящим на четвереньках или в партере. В таком случае в состав переводов входят и сбивания, однако не все его виды. «Перевод» как термин объясняется активным действием одного на перемещение другого в определенное положение. «Перевод» не означает «переход». Поэтому в состав средств перевода включаются приемы и сбивания, которые позволяют перевести соперника в положение партера, тогда как сам проводящий остается в стойке.

Исходя из классификации, предложенной Ю.А. Шуликой, и из дополнений, внесенных в определение понятия «перевод», в состав последних могут быть отнесены две группы сбиваний, а именно:

– «сдергивание», предполагающее сбивание противника вперед, перед собой, лицом к коврику, с предварительным поворотом в одну сторону с ним, в состав которых входят классы: уходом, заходом, входом и скрестно;

– «зависание», предполагающее сбивание противника вперед, лицом к коврику, за себя, включающее классы: прогибом, вращением, выседом (с продвижением ног в сторону противника), разворотом.

Группа авторов (Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев, Ю.М. Схалыхо, Ю.В. Подоруев, 2006) определяет еще несколько классификационных классов, имеющих значение для изучаемого аспекта:

1) класс способов проведения действия и относительно переворотом:

- «прогибаясь» (за счет собственного прогибания в позвоночнике);
- «сгибаясь» (за счет собственного сгибания или напряжения мышц живота с работой рук в качестве рычагов);
- «набегая» (за счет прямолинейного набегания на противника);
- «запрокидываясь» (за счет собственного падения атакующего на спину или ягодицы с предварительным разворотом на 180°);
- «вращаясь» (за счет собственного вращения вокруг своей продольной оси);
- «кувырком» (за счет собственного забегания вокруг головы противника в сторону переворота);
- «переходом» (за счет забегания вокруг ног противника в сторону его переворота);

2) класс способов проведения действия относительно частей тела соперника, на которое оказывается воздействие:

- руками на тазовый пояс (включая и ноги);
- руками на плечевой пояс (включая руки и голову);
- ногами на тазовый пояс;
- ногами на тазовый пояс;

3) класс биомеханического способа проведения действия руками:

- захваты, когда рука или нога фиксируются;
- отрывы, когда рука или нога поднимается вверх;
- рывком, когда опорная рука или нога вырывается вдоль;

4) класс биомеханического способа проведения действия ногами:

- зацепы (когда рука или нога фиксируется зацепом или обвивом);
- отбивы (когда рука или нога отрываются вверх);
- подбивы (когда рука или нога выбивается горизонтально).

Из числа перечисленных способов некоторые нарушают условия отнесения действия к переводам, так как их выполнение связано с падением проводящего. Например: «вращаясь», «кувырком» и т.п.

Исходя из изложенной классификации, каждой из совокупности переводов в партер определено место и название на основе биомеханических характеристик выполняемого действия, целевой установки и пространственной организации двигательного действия. При этом все устоявшиеся исторические названия технических действий данной классификацией не устраняются, а лишь уточняются. Собственно, переходить от исторической классификации переводов в партер к биомеханическим следует только тогда, когда непонятна методика обучения деталям техники и требуется конструирование технико-тактического поведения в определенных условиях боевого или учебного противоборства.

Таким образом, состав переводов в партер в условиях боевых единоборств может быть определен как комплекс приемов, выполняемых в стойке и обеспечивающих перевод соперника на четвереньки (группа 1), и собственно переводов в партер, относящихся к приемам классической и вольной борьбы, борьбы самбо и дзюдо (группа 2). Всю совокупность технических действий первой группы всех видов борьбы, применяемых в условиях боевого единоборства, описать вряд ли удастся кому-либо. Их огромное множество.

Однако, учитывая то обстоятельство, что начальная фаза приемов всегда начинается с выведения из равновесия и что дальнейшие действия приемов направляются на придание телу соперника фазы полета, удастся выделить ограниченное количество классификационных групп переводов, для чего следует определиться с направлениями выполнения выведений из равновесия.

Выведение из равновесия представляет собой техническое действие, выполняемое с целью лишения противника опоры и возможности организовать защиту в момент входа в прием и выхода из нее атакующего. Но если после

выполнения этого действия выполнить какое-либо действие из двух групп сбиваний, то реализуется перевод в партер. Следовательно, классификационные группы, определяющие переводы в партер, могут выделяться из групп, образованных направлением выведения из равновесия и сбиваний.

Теоретически можно вычленил восемь направлений выведения из равновесия, а именно вперед, назад, вправо, влево, вперед-вправо, вперед-влево, назад-вправо, назад-влево. В предшествующей подглаве выделены две группы сбиваний, каждая из которых содержит по четыре приема сбиваний. Их объединение (рис. 5) позволяет создать классификационную решетку, обеспечивающую распределение всей совокупности приемов по 64 группам.

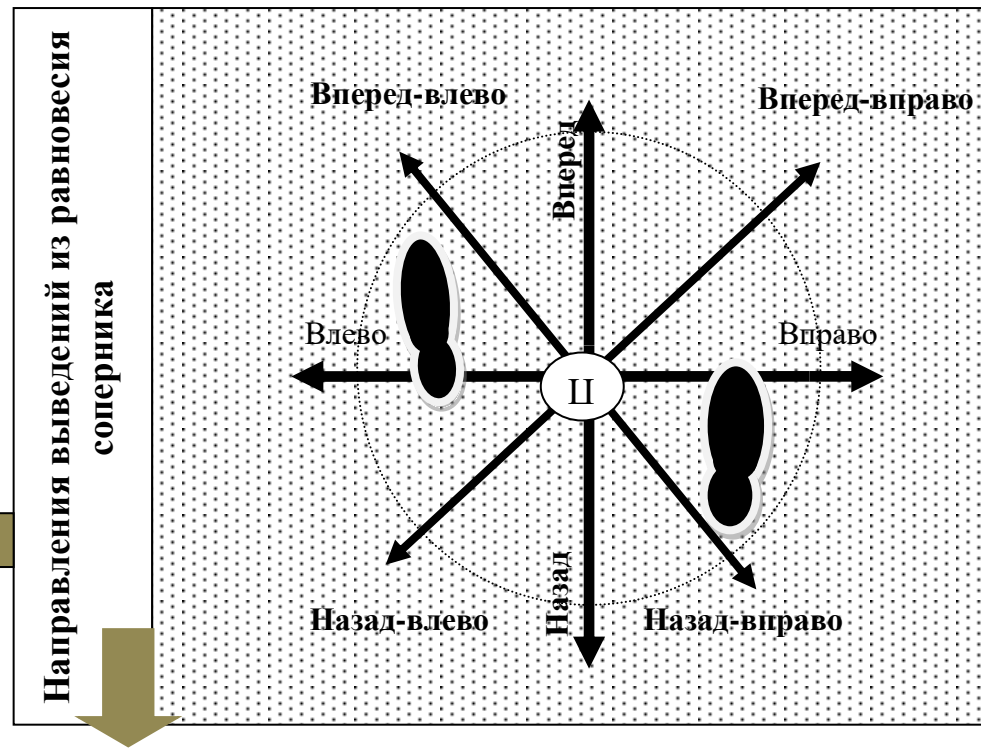
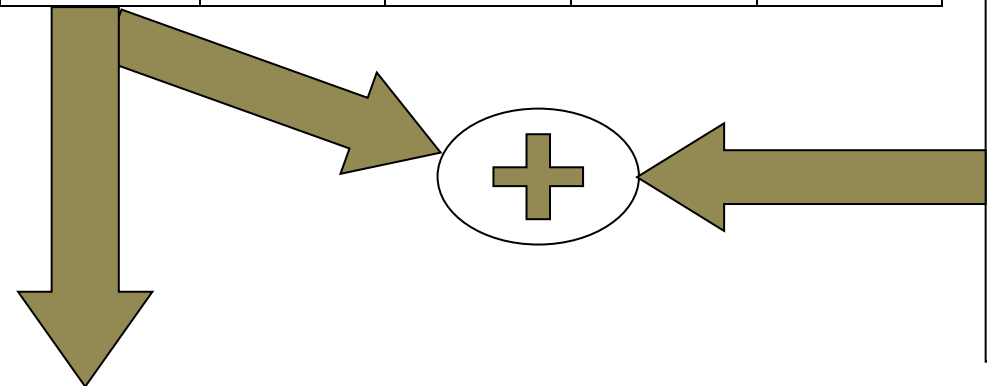
Взаимодействие направления, группы сбивания и приема сбивания обеспечивает точное определение названия приема. Например, перевод в партер выведением из равновесия вперед сдергиванием способом ухода.

Данная квалификационная решетка обеспечивает название действия, исходя из совокупности биомеханических особенностей выполняемого движения. В ней не учитывают исторически возникшие названия, в большинстве своем основанные на ассоциациях и внешнем сходстве.

По нашему мнению, приведенный подход не может заменить исторически сложившиеся названия, однако можно приблизить специалистов к более глубокому пониманию структуры двигательных действий и основ биомеханического построения движений.

Это в свою очередь позволит детализировать методику обучения и совершенствования технической подготовки спортсменов. Более того, на наш взгляд, вышеизложенные рассуждения будут способствовать созданию единого подхода к названиям приемов борьбы, о чем мечтали и над чем работали многие ученые (А.П. Купцов, 1978; Ю.А. Шулика, 1988; Ю.А. Шулика, Я.К. Коблев, Ю.М. Схаляхо, Ю.В. Подорубев, 2006 и др.).

Группы сбиваний	Приемы сбиваний			
сдергивание	уходом	заходом	входом	скрестно
зависание	прогибом	вращением	выседом	разворотом



Способы сбивания соперника		Направления выведения из равновесия							
Группы сбивания	Приемы сбивания	вперед	назад	вправо	влево	вперед-вправо	вперед-влево	назад-вправо	назад-влево
Сдергивание	уходом								
	заходом								
	входом								
	скрестно								
Зависание	прогибом								
	вращением								
	выседом								
	разворотом								

Рисунок 5 – Классификационная решетка приемов перевода в партер в боевых единоборствах

Основным и определяющим звеном техники переводов в партер являются способы выведения из равновесия. Это обстоятельство объединяет то внимание, какое уделяется выведению из равновесия как в процессе обучения технике переводов в партер, так и в процессе исправления ошибок и совершенствования приемов, о чем будет сказано ниже. Здесь же следует подчеркнуть наличие общего характера и закономерностей при выполнении данного действия, которое состоит в том, что выведение из равновесия обеспечивается за счет воздействия на скелетную основу противника с помощью рычагов. При этом целевой установкой движения является лишение соперника состояния устойчивого равновесия (быстрое и неожиданное увеличение пространственной асимметрии соперника) с применением совокупных действий по уменьшению площади его опоры, смещению проекции ОЦТ на край опоры, лишения возможности вращения плечевой оси.

Например, при типичном применении в дзюдо выведения из равновесия двумя руками вперед (рис. 5а; здесь и далее рисунки выполнены автором на основании элементов кинограмм техники дзюдо, демонстрируемых мастером спорта международного класса Нестеровой Галиной, г. Майкоп) лишение соперника состояния устойчивого равновесия достигается приложением сковывающих усилий к одежде, обеспечивающих смещение проекции ОЦТ на край опоры, а также приложением усилия вверх (рис. б), завершающего процесс ограничения движения. Для перевода в партер движение ограничения завершается шагом в противоположную сторону от направления выполнения выведения с одновременным быстрым движением руками и туловищем (наклоном) – сдергиванием вниз (штрихованная стрелка), в результате чего соперник оказывается на двух коленях.

При выполнении перевода в партер путем выведения из равновесия вперед двумя руками зависая (рис. б) лишение соперника состояния устойчивого равновесия достигается приложением сковывающих усилий к одежде, обеспечивающих смещение проекции ОЦТ на край опоры (рис. ба), а также приложением усилия вниз, завершающего процесс ограничения движения. Для

перевода в партер движение ограничения завершается шагом в противоположную сторону от направления выполнения выведения с одновременным быстрым движением руками и туловищем (наклоном) – сдергиванием вниз (штрихованная стрелка) (рис. 6б), в результате чего соперник оказывается на двух коленях (колене).

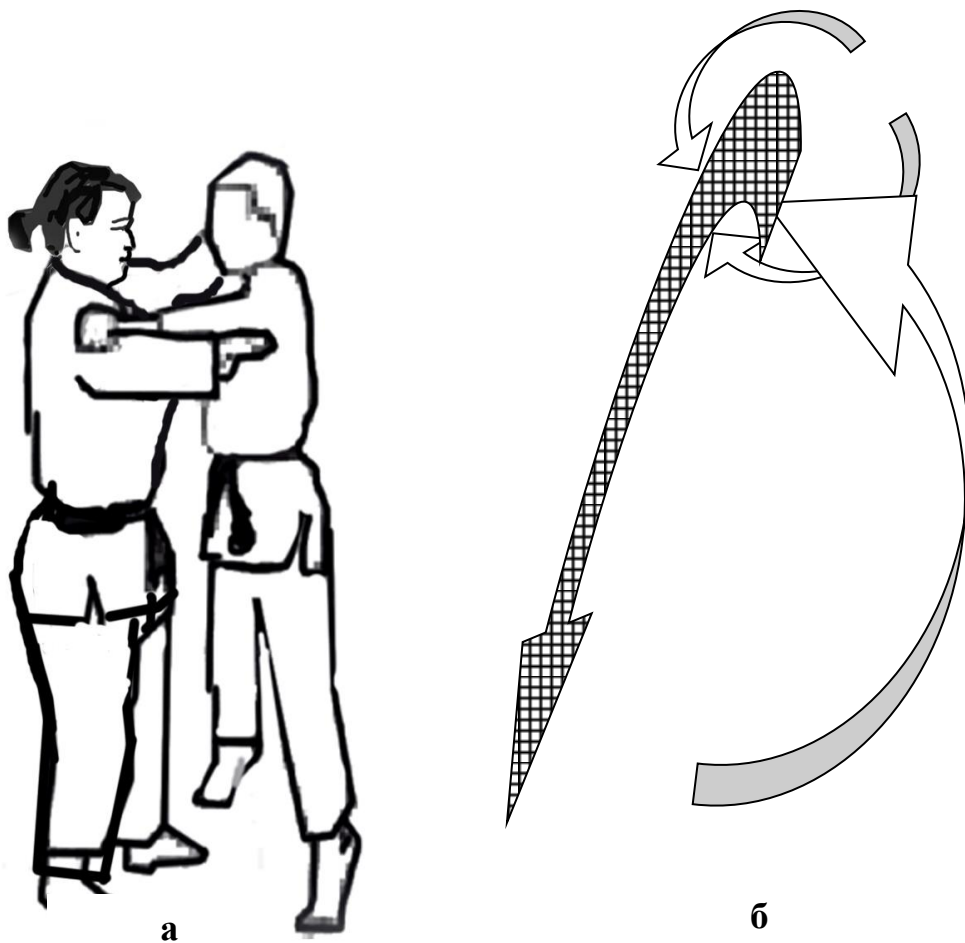


Рисунок 6 – Выведения из равновесия вперед двумя руками в дзюдо с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

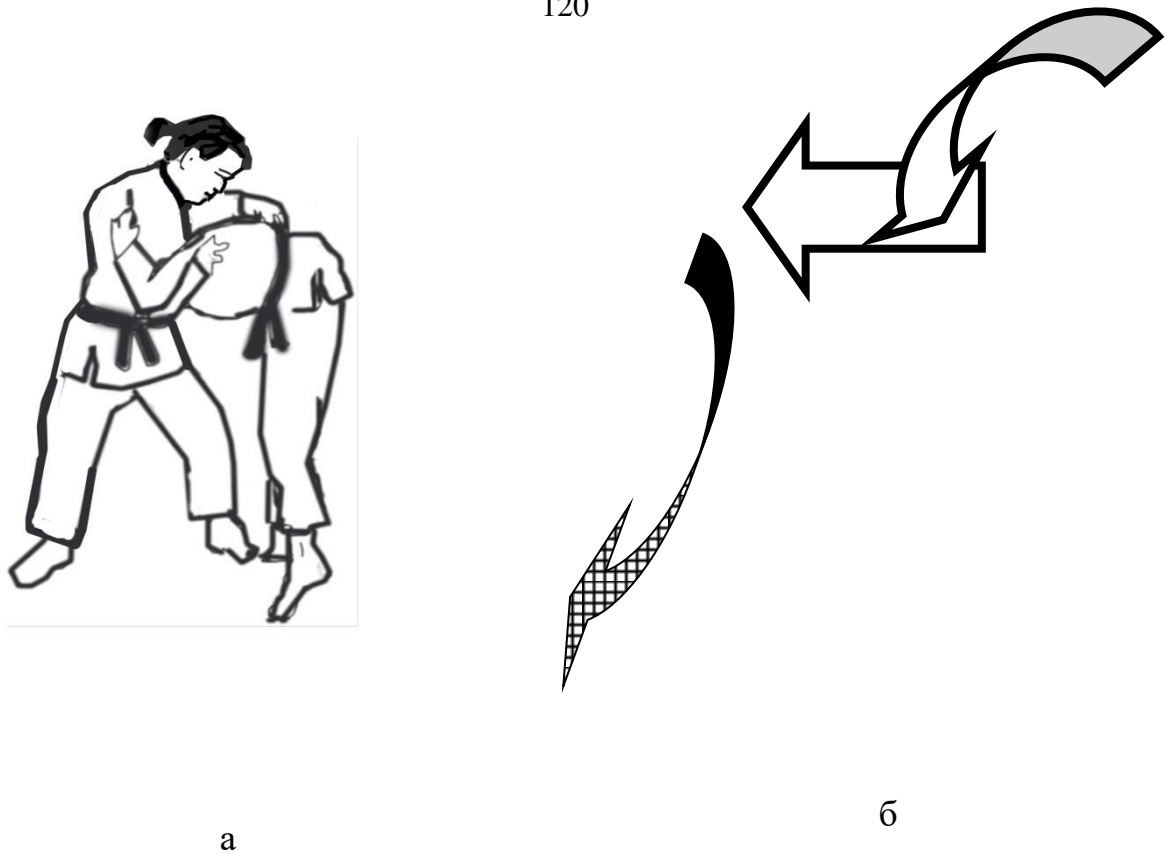


Рисунок 7 – Выведения из равновесия вперед зависая в дзюдо с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

При выполнении перевода в партер с применением выведения из равновесия двумя руками назад (рис. 8а) лишение соперника состояния устойчивого равновесия достигается приложением сковывающих усилий к одежде, обеспечивающих смещение проекции ОЦТ назад, на край опоры, а также приложением усилия вниз (нависание), завершающего процесс ограничения движения назад – в сторону руки, обеспечивающей сковывание захваченной руки (рис. 8б).



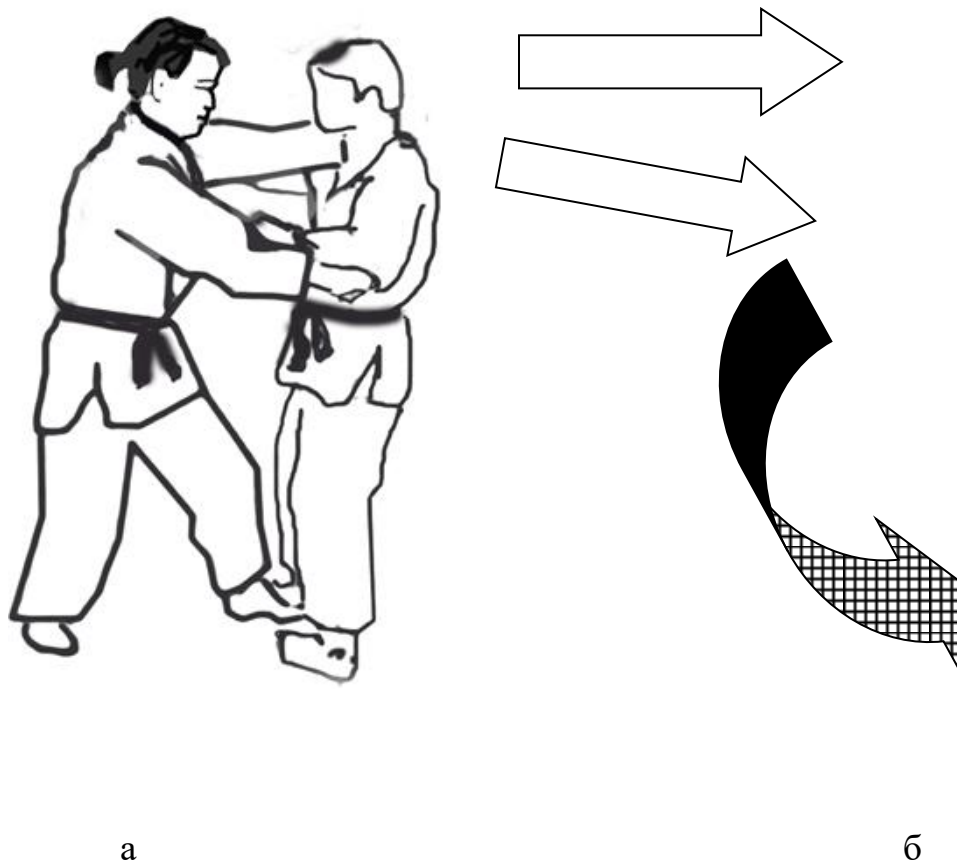
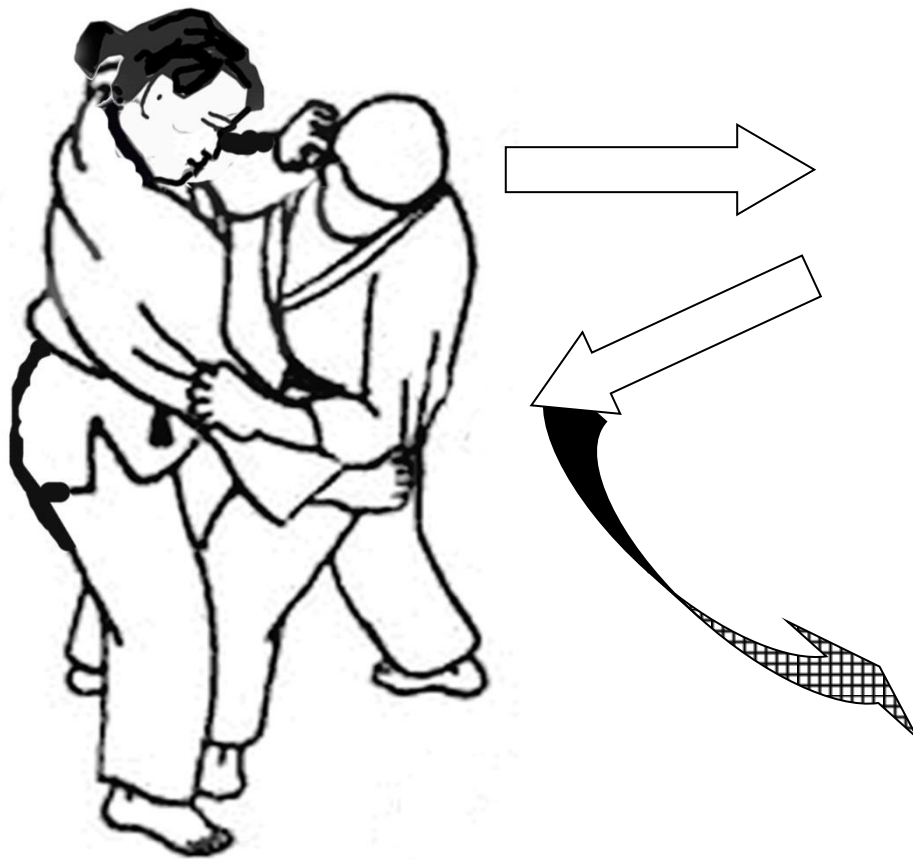


Рисунок 8 – Выведение из равновесия двумя руками назад в дзюдо с переводом в партер нависанием (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

Выведение из равновесия двумя руками назад в сторону зависанием и вращением с переводом в партер (рис. 9а) обеспечивается скручиванием по вертикальному кругу двумя руками. При этом рукой, обеспечивающей захват за отворот (в приведенном примере – левой), сила прикладывается вверх – в сторону под углом 45 градусов вдоль уха соперника. Другая рука обеспечивает захват за рукав, а воздействие направляется назад-вниз под тем же углом. Происходит скручивание тела соперника и выведение назад – в сторону через внешнюю часть пятки, если нога выставлена вперед, а если нога находится во фронтальном положении – через заднюю ее часть (рис. 9б). Выведение из равновесия завершается протягиванием соперника вперед, позволяющее ему опереться на колено (колени).



б

а

Рисунок 9 – Выведение из равновесия двумя руками назад в сторону зависанием и вращением с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

С одного и того же захвата может быть изменена структура выполнения всего приема (рис. 10), если изменяется направление приложения силы хотя бы одной рукой, держащей захват. В качестве примера представлено выведение из равновесия двумя руками назад в сторону зависанием и вращением с переводом в партер, когда проводящий держит захват левой выше локтя, что позволяет прикладывать основные усилия к туловищу соперника. Это обстоятельство обеспечивает возможность включения в организацию воздействия собственного веса, что, в свою очередь, приводит к необходимости поворота головы в сторону раскручивания соперника.

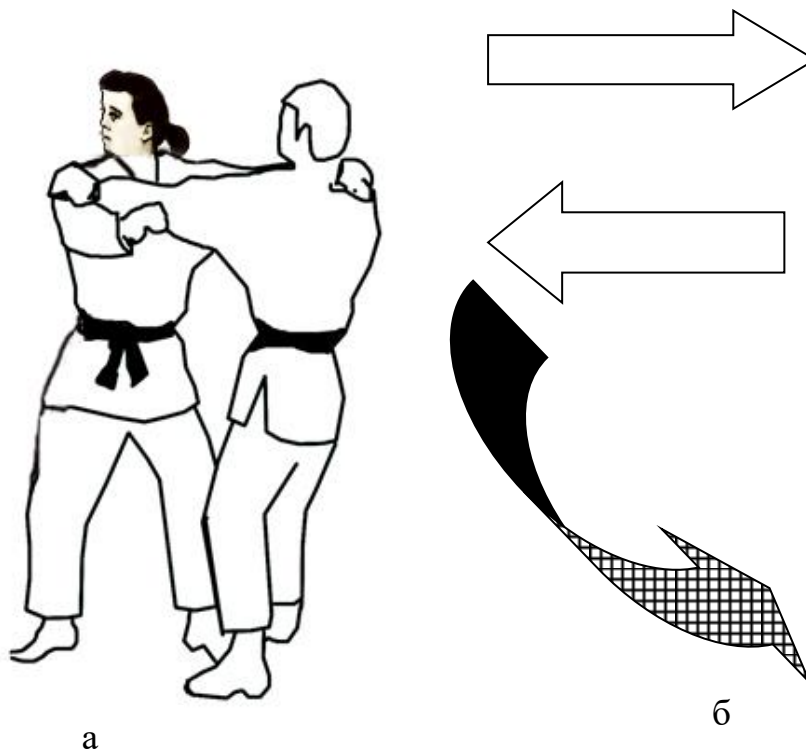


Рисунок 10 – Выведение из равновесия двумя руками назад в сторону зависанием и вращением с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

Проведение перевода в партер за счет выведения из равновесия назад зависанием и разворотом (рис. 11а) обеспечивается разворотом по вертикальному кругу двумя руками. При этом рукой, обеспечивающей захват за отворот (в приведенном примере – левой), сила прикладывается вверх – в сторону под углом 45 градусов вдоль уха соперника. Другая рука обеспечивает захват за рукав, а воздействие направляется назад-вниз под тем же углом. Происходит скручивание тела соперника и выведение назад – в сторону на выставленную вперед ногу соперника (рис. 11). Выведение из равновесия завершается протягиванием соперника вперед-вниз, позволяющее ему опереться на колено (колени).

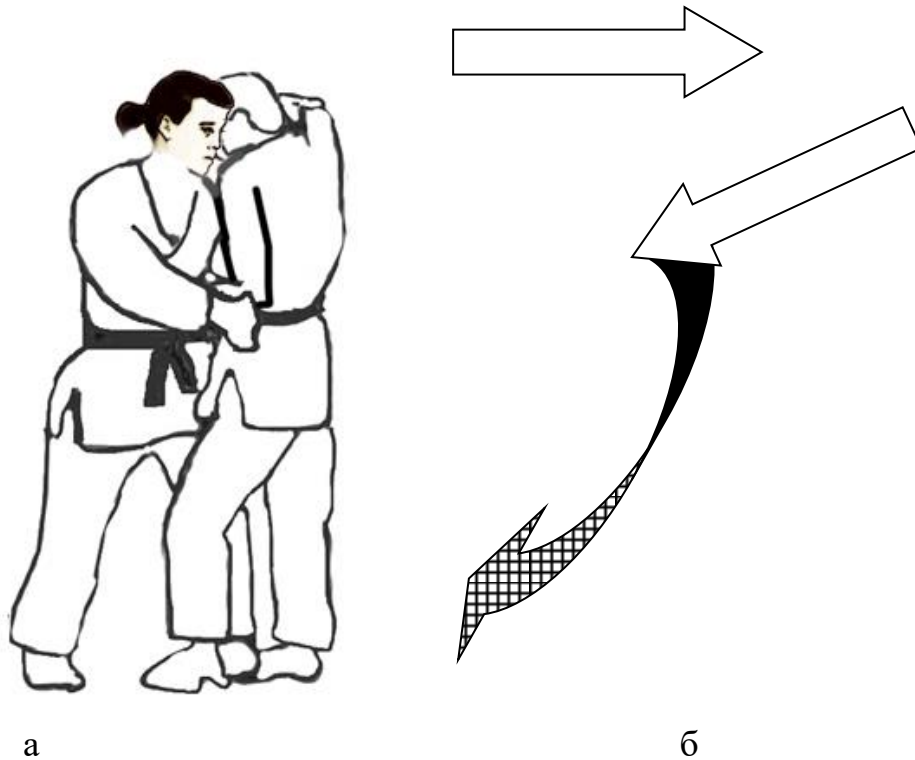


Рисунок 11 – Выведение из равновесия двумя руками назад зависанием и разворотом с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

Для объяснения взаимодействия типа выведения из равновесия и приема перевода в партер, а также для изучения общих закономерностей приемов борьбы и овладения эффективными, часто применяемыми приемами в борьбе значение имеет изучение техники выведения из равновесия вперед и в сторону сдергиванием скрестно с переводом в партер (рис. 12). Сила, приложенная к руке (в данном случае к левой руке противника), направлена в сторону-вниз под углом 45 градусов от вертикальной оси тела. Эта сила фиксирует стопу, через которую происходит выведение.

Сила, приложенная к плечу, направлена в сторону-назад под небольшим углом к вертикальной оси тела. Скрестное взаимодействие двух сил приводит к сдергиванию соперника с места и перемещению центра тяжести за площадь опоры по направлению в сторону движения левой руки соперника. Если в этот

момент направить совокупность сил вперед-вниз (рис. 12б) то соперник вынужденно переходит в партер на опору на левое колено.

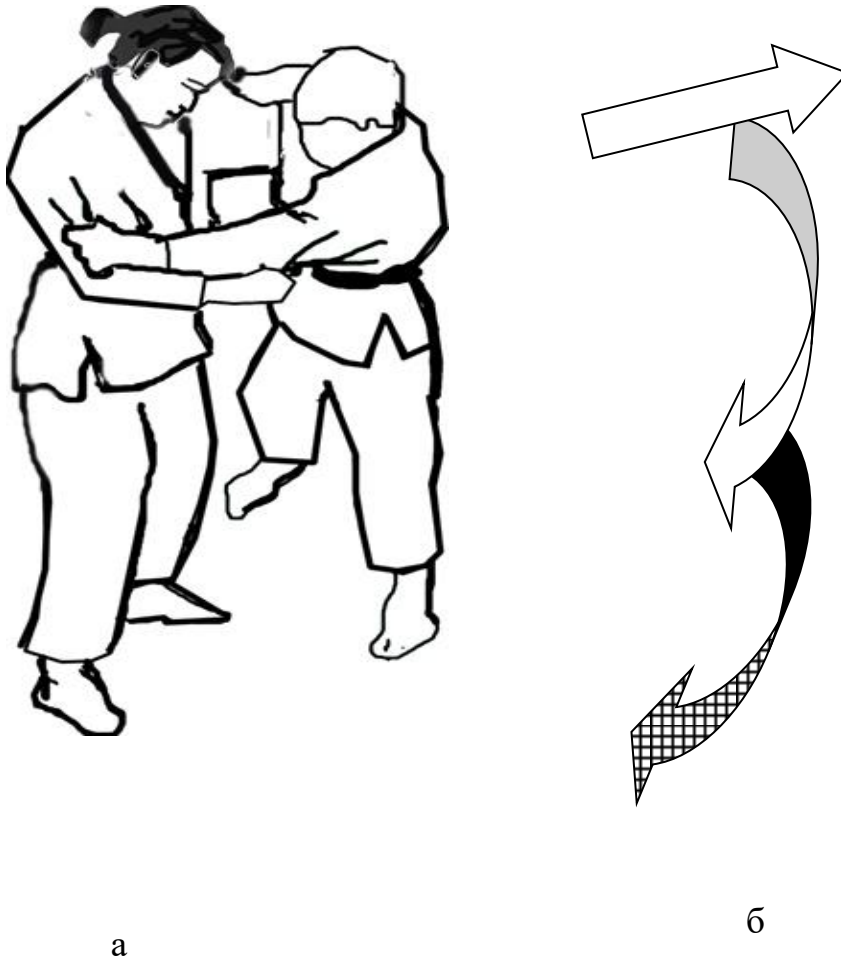


Рисунок 12 – Выведение из равновесия двумя руками выведения из равновесия вперед и в сторону сдергиванием скрестно с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

В одном исследовании описать и классифицировать всю совокупность технических приемов не представляется возможным. Поэтому обращено внимание на некоторые способы соединения выведений из равновесия и переводов в партер. Собственно перевод в партер – это доведение выведения из равновесия до его логического завершения. Прием отличается от перевода тем, что в момент максимального выхода центра тяжести соперника за пределы

опоры нападающим выполняется вторая часть действия, обеспечивающего амплитудный полет. Поэтому качественное понимание и выполнение способов выведения из равновесия и переводов в партер представляет собой прямой путь к овладению всей техникой борьбы.

Вместе с тем среди способов выведения из равновесий встречаются эффективные приемы, но применяемые только в определенных случаях. Они не всегда описываются в предлагаемой классификационной решетке, так как увеличение количества разделов решетки приведет к существенному увеличению требуемых для заполнения решеток, но полученная информация не будет востребована в значительной степени. Поэтому приведем лишь в рисуночном варианте примеры выведения из равновесия и переводов в партер, с ограниченным по частоте применением (рис. 13, 14, 15).

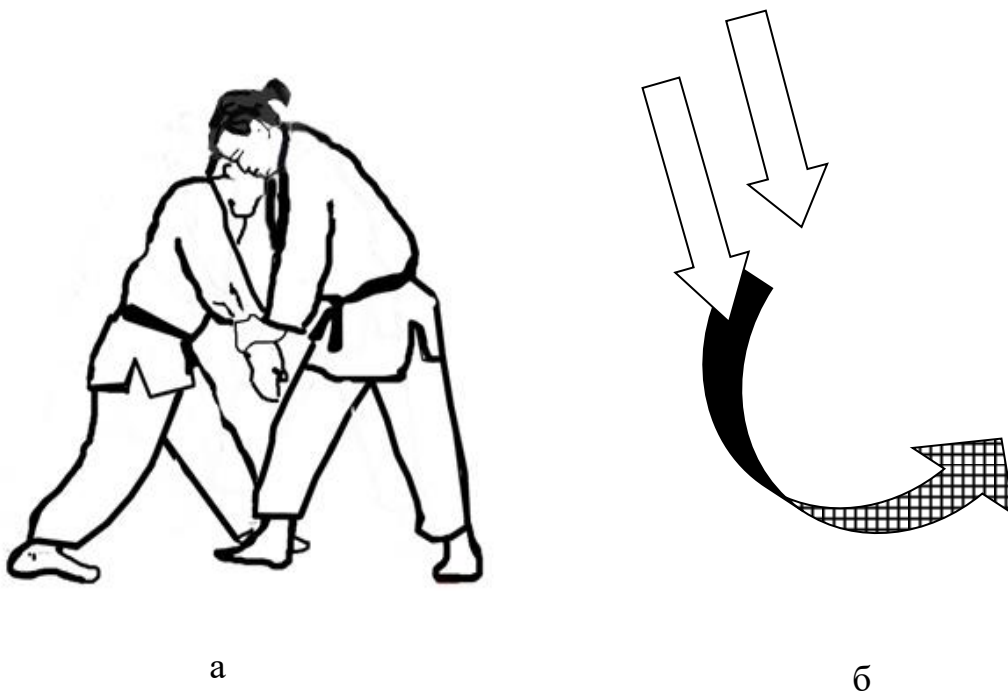
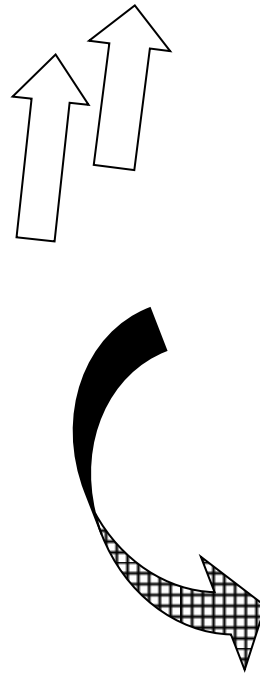


Рисунок 13 – Выведение из равновесия вперед и в сторону зависанием на одной руке и сдергиванием скрестно с переводом в партер (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)



а

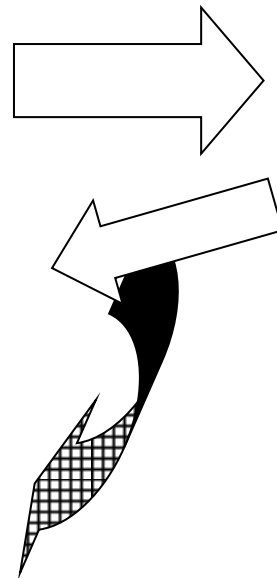


б

Рисунок 14 – Выведение из равновесия вперед и в сторону подниманием и с переводом в партер заходом (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)



а



б

Рисунок 15 – Выведение из равновесия назад зависанием и разворотом и переводом в партер заходом (а – общая схема выведения из равновесия; б – разложение сил при выполнении перевода)

Другой специфической группой приемов, обучение которым не предполагается в соответствии с содержанием программ, является технический арсенал приемов противодействия нападению, характер которого определяется участием в тренировочном процессе женщин-курсантов и возможностью нападения преступников в малолюдных местах в вечернее время.

Всю совокупность таких приемов невозможно перечислить. Кроме того, их эффективность в значительной степени определяется конкретной ситуацией и местом нападения. Вместе с тем преступный умысел может быть остановлен только внезапностью самозащиты, хорошо организованным применением арсенала самозащиты с использованием простых приемов и действий, а также с использованием подручных средств (сумочка, зонт, книга, журнал, обувь с острыми каблуками и др.). Для того чтобы обеспечить наличие системно построенной обороны, необходимо иметь представление о приемах и уметь хорошо выполнять некоторые из них.

В арсенал самозащиты женщин нами включен ряд технических действий из разделов борьбы, удары и способы применения подручных средств, перечень которых приводится ниже. Однако их состав может быть изменен с учетом особенностей бытового поведения женщин. Важным моментом является наличие в составе изучаемых приемов этих действий и обеспечение психологической готовности отразить действия подобного характера. Данная группа приемов самозащиты включает огромную совокупность приемов бокса, боевых искусств, различных видов борьбы, что делает невозможным создание даже подобия их классификации. Поэтому действия условно распределены в зависимости от действия противника, что позволяет рассмотреть разнообразные действия, применяемые в схожих ситуациях. Выделены приемы, которые могут использоваться при проведении противником попытки захвата, при нападении с целью изнасилования, при попытках вырвать сумку, при нападениях сбоку или сзади, а также способы применения подручных средств для самозащиты.



Как пример приемов при проведении противником захвата, приведены следующие (группу приемов самозащиты женщин демонстрирует мастер спорта по дзюдо З. Чунтыжева, г. Майкоп):

- защита против нападения спереди ногтями (рис. 16);
- защита против нападения противника спереди надавливанием большими пальцами на глазные яблоки (рис. 17);
- защита против нападения противника спереди ударом локтя в челюсть (рис. 18);
- защита против нападения противника спереди захватом за ноги ударом локтя по позвоночному столбу (рис. 19);
- защита против нападения противника спереди захватом за ноги ударом коленом в лицо (рис. 20);
- защита против плотного обхвата вместе с руками путем надавливания подбородком на глазное яблоко (рис. 21)



Рисунок 16 – Защита ногтями против нападения противника спереди



Рисунок 17 – Защита надавливанием большими пальцами на глазные яблоки против нападения противника спереди



Рисунок 18 – Защита ударом локтя в челюсть против нападения противника спереди



Рисунок 19 – Защита захватом за ноги против нападения противника спереди



Рисунок 20 – Защита захватом за ноги ударом колена против нападения противника спереди



Рисунок 21 – Защита надавливанием подбородком на глазное яблоко против плотного обхвата вместе с руками

При нападении с целью или угрозой изнасилования приведены следующие примеры ее отражения:

- путем надавливания на глазные яблоки большими пальцами (рис. 22);
- ударом фалангами пальцев по основанию носа (рис. 23);
- обратным ударом по шее тыльной стороной ладони (рис. 24);
- ударом двумя пальцами в глаза (рис. 25).



Рисунок 22 – Отражение нападения с угрозой изнасилования путем надавливания на глазные яблоки большими пальцами



Рисунок 23 – Отражение нападения с угрозой изнасилования ударом фалангами пальцев по основанию носа



Рисунок 24 – Отражение нападения с угрозой изнасилования обратным ударом по шее тыльной стороной ладони



Рисунок 25 – Отражение нападения с угрозой изнасилования ударом двумя пальцами в глаза

Подобным образом подобраны приемы против нападения преступника с целью завладеть сумкой (ответ – удар пальцами в глаза; удар носком ноги в пах; удар кулаком в пах; удар пяткой в пах; удар коленом в пах; находясь спиной-боком удар ладонью свободной рукой по уху; удар развернутой стопой в колено на излом; удар коленом в лицо и другие технические действия), которые в различных вариантах объединяются в комбинации с изученными на академических занятиях болевыми приемами, бросками, переводами в партер, ударами.

Из остальных групп приемов следует представить те, которые применяются только женщинами, среди них значительное место занимает применение подручных средств для самозащиты (зонт, сумка, обувь, книга и т.п.). В качестве примера приведены рисунки нескольких приемов:

- применение обуви при нападении противника спереди обхватом (рис. 26);
- защита от захвата двумя руками спереди ударом зонтом в пах (рис. 27);
- противодействие захвата двумя руками спереди ударом зонтом по голове (рис. 278);
- противодействие захвату двумя руками спереди ударом зонтом по голове (рис. 29);
- противодействие продвижению противника вперед открытием зонта (рис. 30);
- противодействие захвату ног ударом зонтом по позвоночнику (рис. 31);
- удар зонтом в глазницу при нападении противника обхватом спереди (рис. 32).

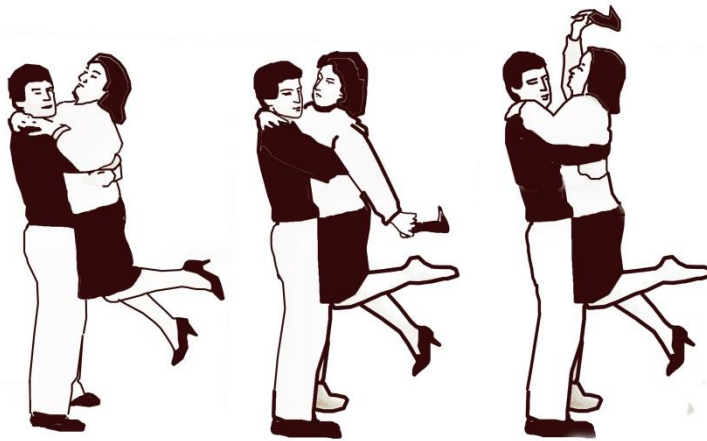


Рисунок 26 – Защита от обхвата двумя руками спереди ударом каблуком обуви по голове сверху



Рисунок 27 – Защита от захвата двумя руками спереди ударом зонтом в пах



Рисунок 28 – Противодействие захвату двумя руками спереди ударом зонтом по голове

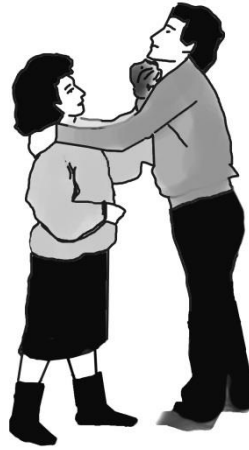


Рисунок 29 – Противодействие захвату двумя руками спереди ударом зонтом по голове

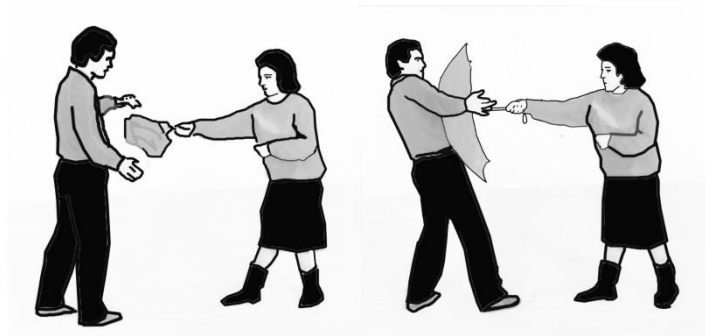


Рисунок 30 – Противодействие продвижению вперед открытием зонта

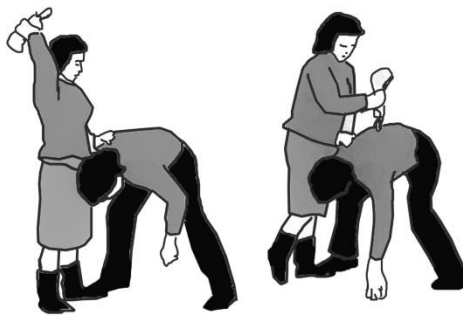


Рисунок 31 – Противодействие захвату ног ударом зонтом по позвоночнику





Рисунок 32 – Удар зонтом в глазицу при нападении противника  
обхватом спереди

Одним из наиболее эффективных средств самозащиты являются удары, изучение которых как элементов боевых приемов борьбы входит в содержание обязательных занятий. Однако имеется ряд оснований для продолжения их изучения и во внеучебное время:

1. Удар должен выполняться с максимально возможной силой, если техническое действие борьбы может быть выполнено для решения каких-то тактических задач (например, для затягивания времени для подготовки другого приема, для выведения из равновесия с целью выполнения другого действия и др.). Слабый удар демонстрирует только слабость его выполняющего и, следовательно, провоцирует агрессивное противодействие. В соответствии с основами искусства ведения боевой схватки, без крайней необходимости не следует демонстрировать силу, тем более наносить удар. Но если такой момент наступает, следует без затягивания и без сомнений с максимальной силой наносить удар. Необходимо выполнять действия качественно, для чего как можно больше времени затратить на их изучение и совершенствование. Психологическое состояние готовности к схватке требует такого владения приемом или ударом, чтобы первое действие не требовало дополнительного времени на обдумывание. Его попросту может не быть, поэтому оно должно выполняться автоматически.

2. Удар является обязательным (предшествующим, входящим в основу или завершающим) элементом любой комбинации. Поэтому изучение новых приемов и применение их в комбинациях требует одновременного изучения техники приема и удара.

3. Удар является обязательным элементом структуры технических действий, входящих в арсенал техники борьбы девушек-курсантов по противодействию нападению, характер которых определяется особенностями женского организма. Использование простых приемов и действий, применение подручных средств в конечном счете может заканчиваться ударом, а может начинаться ударом.

Эти обстоятельства требуют от девушек-курсантов знания техники ударов, изучения и совершенствования их как самостоятельных технических действий и совершенствования тактических и технических вариантов построения комбинаций с ударами.

Следует обеспечить понимание физиологического состояния рабочей ударной руки перед нанесением удара, чтобы не получить травму руки, кисти, пальцев (рис. 33), а затем начинать изучение возможных ударных плоскостей.



Рисунок 33 – Ударная рука в рабочем состоянии

Основные ударные плоскости для нанесения удара рукой (рис. 34), включая кулак, фаланги пальцев, сжатые в кулак, тыльную часть кулака (удар «молотом»), напряженные фаланги пальцев, тыльную поверхность ладони, указательный и средний пальцы, указательный палец, локтевую поверхность (прямой и обратный удары), которые используют разные ударные поверхности.

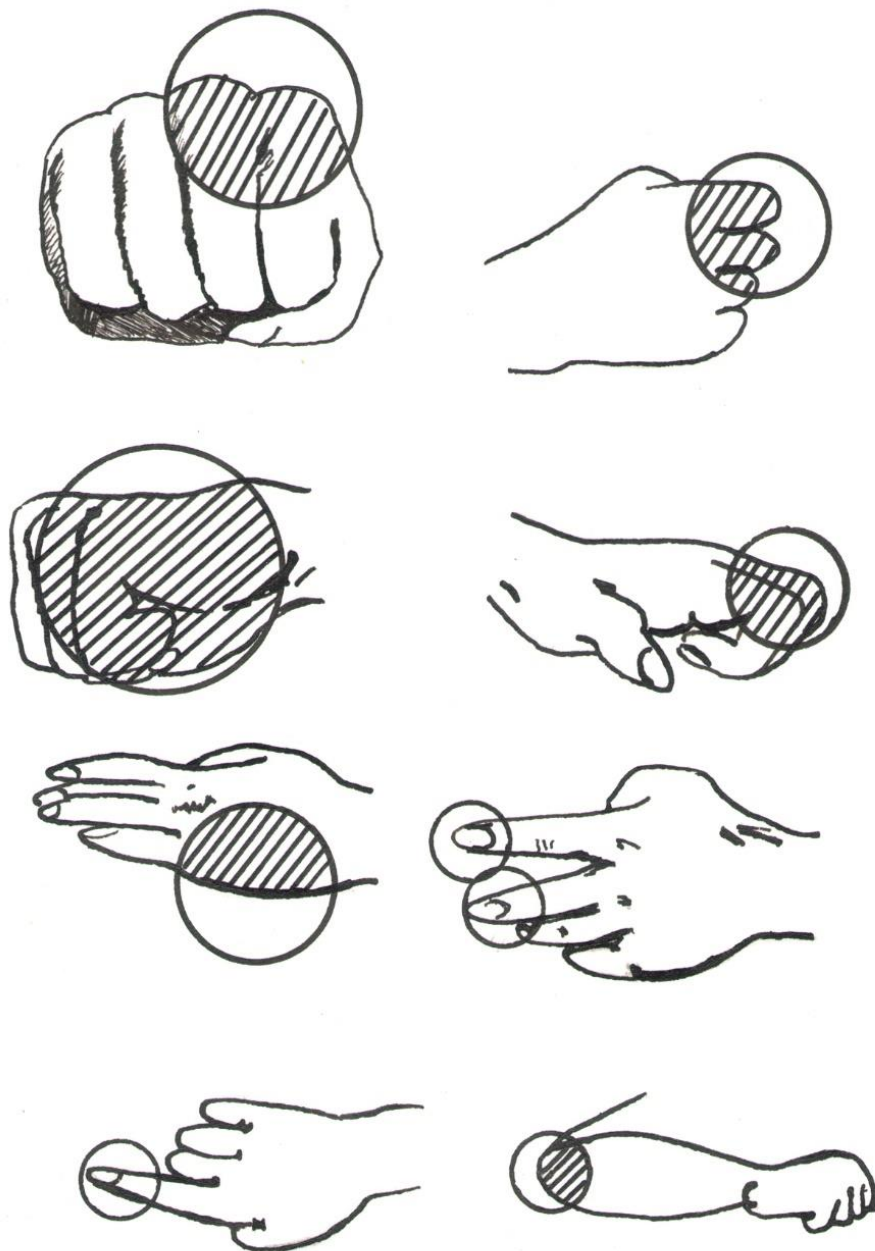


Рисунок 34 – Ударные плоскости руки

При использовании ударов ног в качестве наносящей урон сопернику поверхности применяются (рис. 35) внешняя поверхность стопы возле пальцев, подъем стопы, плотно прижатые и согнутые фаланги пальцев, внешняя поверхность в середине стопы, поверхность пятки, поверхность колена.



Рисунок 35 – Основные ударные плоскости ног

Примеры применения ударных плоскостей рук приведены на рисунках 36-43. Демонстрация нескольких ударных приемов:

- 1) удар кулаком по челюсти снизу (рис. 36);
- 2) удар кулаком по печени (рис. 37);
- 3) удар фалангами пальцев в солнечное сплетение (рис. 38);

- 4) удар фалангами пальцев в ушную впадину (рис. 39);
- 5) удар молотом (рис. 40);
- 6) удар внешней поверхностью ладони (рис. 41);
- 7) удар пальцами в глаза (рис. 42);
- 8) обратный удар локтем (рис. 43).

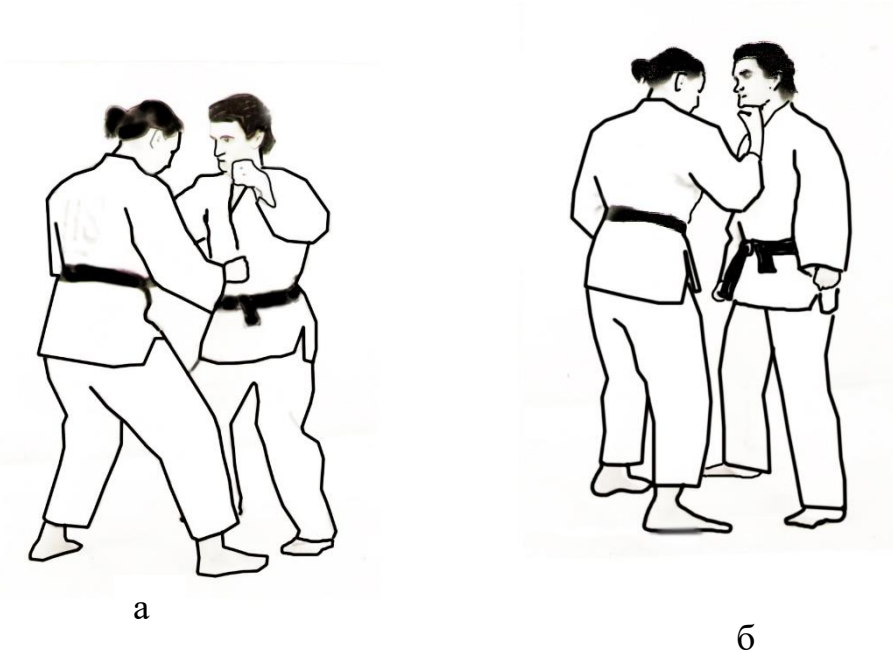


Рисунок 36 – Удар кулаком по челюсти снизу

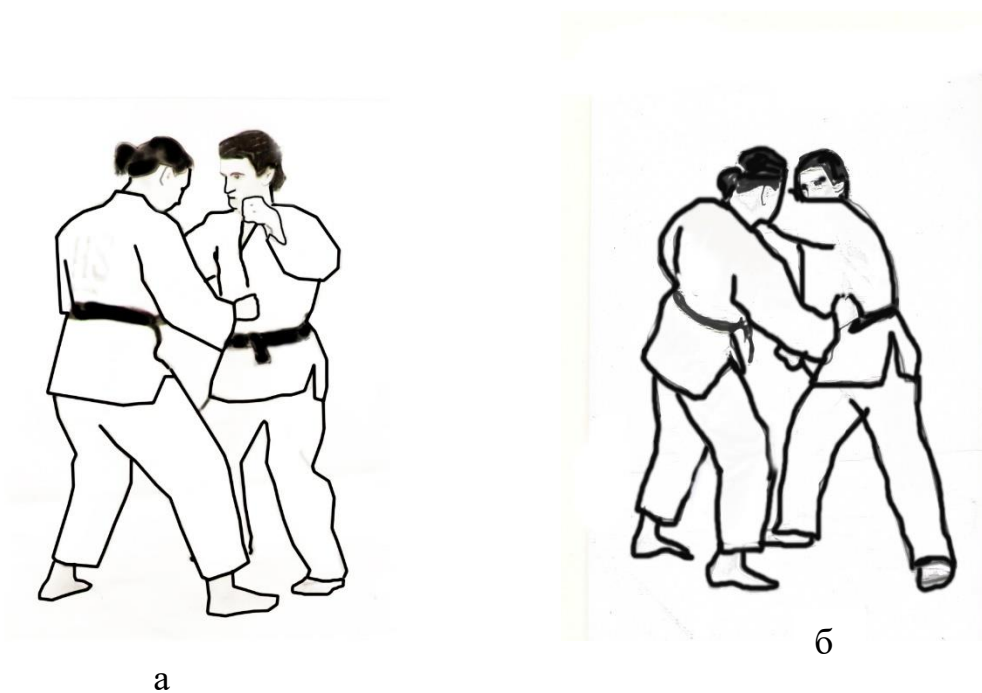


Рисунок 37 – Удар кулаком по печени

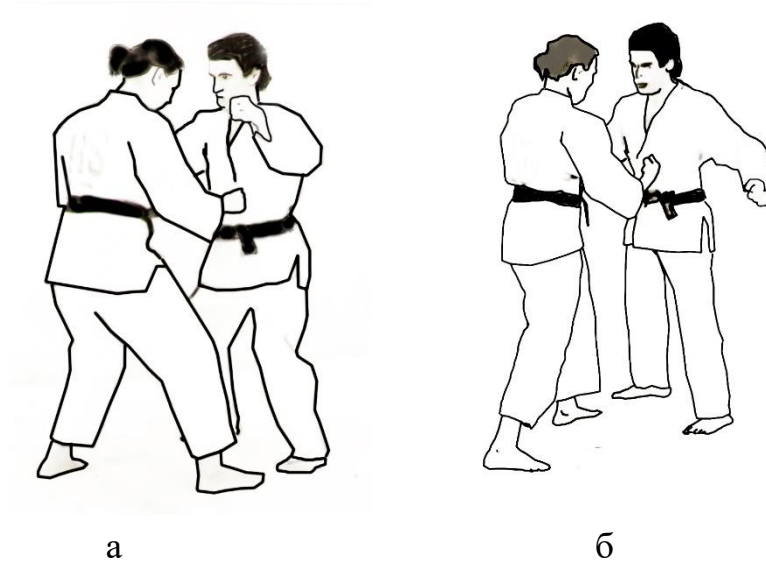


Рисунок 38 – Удар фалангами пальцев в солнечное сплетение

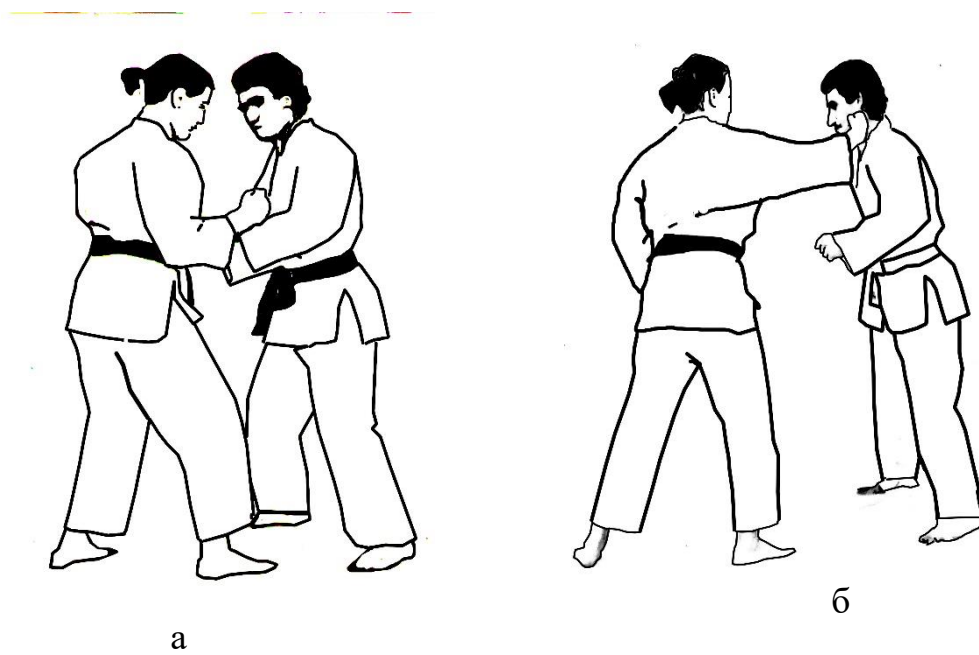


Рисунок 39 – Удар фалангами пальцев в ушную впадину

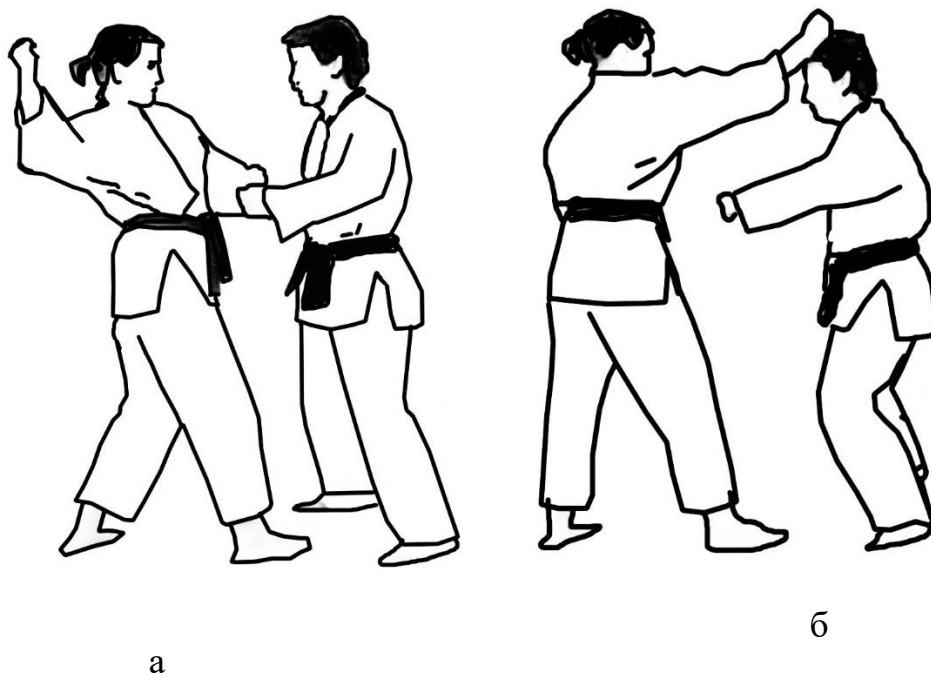


Рисунок 40 – Удар молотом по голове сверху

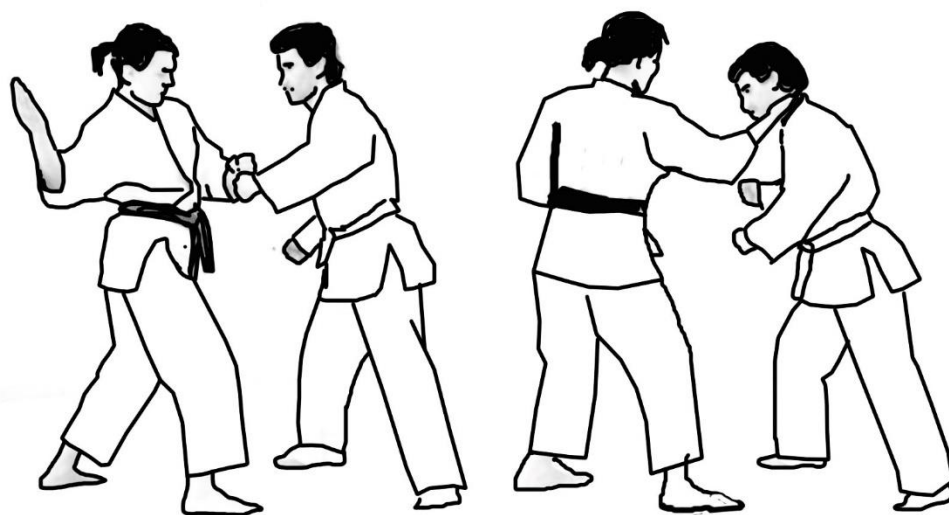


Рисунок 41 – Удар внешней поверхностью ладони



Рисунок 42 – Удар пальцами в глаза

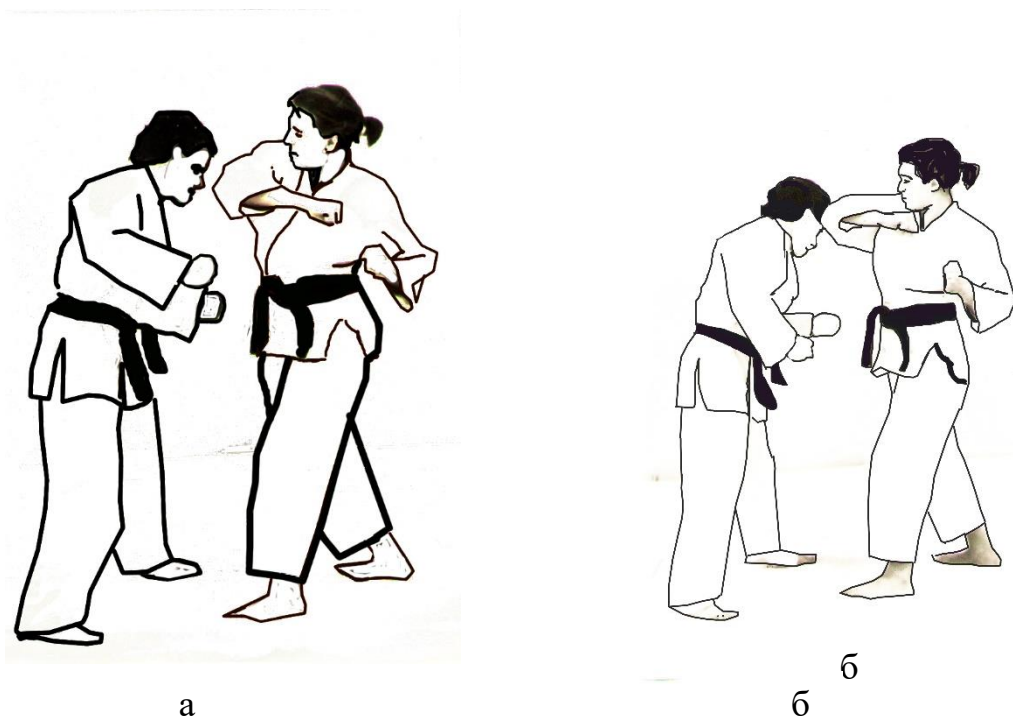


Рисунок 43 – Обратный удар локтем

Среди ударов, выполняемых в боевых условиях, несомненно, наиболее эффективными являются удары ногами. Однако на приведенных ниже рисунках



44, 45 отчетливо видно появление опасного момента для проводящего, связанного с достаточно длительной фазой, когда центр тяжести выходит за пределы площади опоры, и опорой для всего тела является одна нога, что требует высокого исполнительского мастерства и способности удерживать равновесие.



Рисунок 44 – Удар коленом в пах



Рисунок 45 – Удар сводом стопы в пах

Это обстоятельство требует решения, казалось бы, несовместимых задач:

- 1) выполнять удары ногами только в крайних случаях;
- 2) удары ногами выполнять только в случае точного понимания эффективности удара и уверенности в достижении результата.

Изучать же удары ногами и отрабатывать их качественное выполнение необходимо, так как ряд ситуаций боевого единоборства невозможно разрешить другими способами.

### **3.3. Методика формирования арсенала техники приемов боевых единоборств у девушек-курсантов 1-2 курсов в образовательных организациях МВД во внеучебное время**

Рассматривая методику формирования арсенала базовой техники боевых приемов борьбы у девушек-курсантов, учитывалось, что она представляет собой совокупность методов, методических приемов, а также организацию деятельности обучающихся и т.п., направленных на решение конкретных задач, в связи с чем следует проанализировать такие взаимосвязанные и взаимодействующие компоненты, как целеполагание, направления воздействия, состав применяемых средств и их последовательность, методические особенности обучения основополагающим техническим действиям, инструментарий оценки качества реализации цели, способы и приемы педагогической коррекции. Часть причин и содержание этих компонентов рассмотрена выше. В данном параграфе изложены позиции, имеющее основополагающее значение для непосредственного обоснования методики формирования арсенала техники приемов боевых единоборств девушек-курсантов (слушателей) 1-2 курсов в образовательных организациях МВД во внеучебное время.

Целью применения данной методики является формирование готовности выпускников к эффективному решению оперативно-служебных задач,

успешному овладению специальностью, укреплению и поддержанию собственного здоровья и здоровья подчиненных. Конкретной целевой установкой, реализуемой единоборствами как учебным предметом, является подготовка к пресечению и противодействию различных противоправных проявлений способами физического воздействия на основе высокого уровня физической подготовленности и с помощью боевых приемов нападения и самозащиты и силового задержания правонарушителя.

Совокупность задач физического воспитания и профессионально-прикладной физической подготовки обуславливает необходимость реализации четырех базовых процессов формирования профессионально-прикладной личностной физической культуры курсантов МВД в процессе изучения предмета «Физическая подготовка», а именно:

- формирование двигательных навыков и умений, обеспечивающих высокий уровень реализации общей двигательной подготовки (формирование фонда двигательных действий) и двигательной подготовленности, связанных с изучением техники приемов единоборств;

- воспитание необходимых для профессиональной деятельности психических и физических свойств личности, воспитание важных для поддержания уровня физической и двигательной подготовленности личностных свойств;

- формирование надлежащих физических качеств, высокого уровня физической подготовленности и функциональной готовности;

- сохранение и поддержание высокой степени здоровья и профессиональной пригодности, формирование общей и профессионально-прикладной личностной культуры, позволяющей в будущем правильно и качественно организовывать физическое самовоспитание и физическое воспитание подчиненных.

Исходя из целей и задач формирования арсенала базовой техники боевых приемов борьбы, исходя из базовых процессов формирования профессионально-прикладной личностной физической культуры курсантов, а также некоторых

особенностей девушек-курсантов, выявлены некоторые основные направления формирования арсенала боевых приемов единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время. Такими направлениями могут быть определены: 1) выбор оптимального состава и объема изучаемой техники, 2) обеспечение интегративного взаимодействия содержания обязательных и внеурочных форм обучения, 3) овладение объемом техники единоборств, 4) обеспечение достаточного уровня теоретической подготовленности, 5) формирование опережающего оперативно-тактического мышления.

При выборе состава средств, входящих в обучение приемам единоборств, во внеучебное время следует обеспечить реализацию требований ГОСТ, что приводит к потребности в изучении трех групп совокупностей:

а) базовые приемы, которые должны исполняться на высоком уровне (система страховки и само страховки, подготовительные и специально-подготовительные упражнения, направленные на развитие доминирующих физических качеств и являющиеся началом атаки для групп приемов, техника выполнения приемов, базовость которых определяется государственными регламентирующими документами и завершение которых для женщины не является затруднительным);

б) технические приемы, выполнение которых для женщины затруднено, но без их знания усложняется процесс организации сопротивления противнику, в связи с чем они должны быть усвоены на уровне качественного понимания структуры действия и выполнения на уровне умения, что позволит своевременно при необходимости предвидеть тактику выполнения и организовать противодействие;

в) технические действия, позволяющие использовать преимущества женщин и аксессуары, наличие которых обеспечивается принадлежностью к женскому полу.

Техническая подготовка по выполнению двигательного действия в боевых условиях отличается от ее выполнения в условиях спортивного единоборства.

Этот момент должен находиться на постоянном контроле и в процессе изучения приемов, и при построении комбинаций. При выполнении приема в боевых условиях в первую очередь нельзя допускать возникновения новых опасностей и новых опасных условий.

Содержание изучаемых и отрабатываемых технических действий должно соответствовать государственным стандартам, Наставлению и программе физического воспитания по разделу «Боевые приемы борьбы». Если содержание всех видов урочных форм определяется государственными программами, то содержание тренировочных упражнений во внеучебное время имеет свои особенности, и в первую очередь это касается того, что состав изучаемых и отрабатываемых технических действий во внеучебное время должен обеспечивать расширение представлений, умений и навыков по реализации боевых приемов борьбы, адаптацию их выполнения к индивидуальным особенностям занимающихся, формирование умений комбинировать приемы в условиях конкретного единоборства, выработать стратегию собственного поведения в условиях боевого столкновения с противником.

Соответственно, содержание процесса тренировочных упражнений во внеучебное время определялось на основе интеграционного взаимодействия урочной и внеурочной формы подготовки по разделу «Боевые приемы борьбы» и других разделов боевых единоборств. То есть обеспечивалось создание углублённых представлений о боевых приемах борьбы как средстве пресечения физического сопротивления правонарушителя и самозащиты без применения оружия, развитие ценностно-мотивационной ориентации на необходимость защиты законности и правопорядка правомерными действиями, изучаемыми курсантами в процессе теоретического обучения на лекциях, и на формирование и дальнейшее совершенствование физических кондиций и двигательных навыков, формируемых и осваиваемых на практических, учебно-тренировочных, контрольные занятиях.

В состав изучаемых и отрабатываемых технических действий были введены варианты действий, представляющих собой развитие базовых боевых приемов борьбы (приемы и броски), их комбинации, самостраховки, нападения, самозащиты, обезоруживания, освобождения от захватов, болевые и удушающие приемы и захваты (рис. 46)

Многообразие форм физической подготовки курсантов определяется наличием объемных и значимых задач обеспечения профессиональной готовности, реализуемых за достаточно короткий промежуток времени обучения будущих офицеров полиции. Занятия по физической подготовке проводятся преподавателями в виде урочной формы в соответствии с государственным стандартом, учебной программой и учебным расписанием не менее 4 часов в неделю.

Последовательность их изучения определялась последовательностью изучения приемов во время урочных занятий.

Однако даже при самом высококачественном проведении занятий реализация основополагающих задач только за счет регламентированных урочных занятий становится невозможной в силу того, что для их решения нужен значительно больший объем времени, а также необходимо соблюдение принципа систематичности в применении физических упражнений.

Систематические самостоятельные и внеурочные занятия позволяют более успешно развивать физические качества, совершенствовать двигательные навыки, укреплять здоровье.

Самостоятельная работа девушек-курсантов по изучению базового арсенала боевых приемов борьбы осуществляется на основе внутриуниверситетского положения об организации самостоятельной подготовки обучающихся в университете, утвержденного приказом университета от 29 декабря 2018 № 1488 в соответствии с пунктом 3, в котором к содержанию самоподготовки отнесено выполнение упражнений и специальных приемов по физической подготовке, а также учебных заданий преподавателей.

<b>Боевые приемы, включенные в программу изучения курсантами-девушками экспериментальной группе во внеучебные занятия</b>
<b><i>Элементарные действия единоборств</i></b>
Стойки, передвижения, падения, страховки, само страховки, захваты, подготовительные и специально-подготовительные упражнения
<b><i>Броски:</i></b>
«задняя подножка»; «передняя подножка»; бросок через бедро; бросок через плечо; бросок захватом ног спереди; бросок захватом ног сзади;
<b><i>Болевые приемы (с действием на задержание):</i></b>
«рычаг локтя через бедро»; «рычаг локтя между ног»; «узел ноги поперёк»; «ущемление ахиллова сухожилия»; загиб руки за спину при подходе сзади «толчком»; загиб руки за спину при подходе спереди «рывком»; загиб руки за спину при подходе спереди «нырком»; загиб руки за спину при подходе спереди «замком»; захват и перегибание кисти «под руку»; скручивание (рычаг) руки внутрь, наружу; рычаг руки через предплечье
<b><i>Переводы в партер и выведения из равновесия</i></b>
<b>Сдергиванием</b> (уходом, заходом, входом, скрестно); <b>Зависание</b> (прогибом, вращением, выседом, разворотом) [по направлениям движений]
<b><i>Удары рукой (с действием на поражение):</i></b>
сверху по голове, прямой удар в голову, боковой удар в голову, удар снизу в живот;
<b><i>Удары ногой (с действием на поражение):</i></b>
по бедру, по туловищу, по голове, прямой удар в живот;
<b><i>Защиты от ударов рукой (с действием на задержание):</i></b>
сверху по голове, от прямого в голову, от бокового в голову, от удара снизу в живот;
<b><i>Защиты от ударов ногой (с действием на задержание):</i></b>
по бедру, по туловищу, по голове, от прямого удара в живот;
<b><i>Защиты от ударов ножом (с действием на задержание):</i></b>
сверху в голову; сбоку в голову; снизу в живот; наотмашь в шею; тычком в грудь;
<b><i>Защиты от угрозы пистолетом (с действием на задержание):</i></b>
спереди (в живот, в грудь, в голову); сзади (в поясницу, в спину, в голову);
<b><i>Защита от попытки обезоружить сотрудника (с действием на задержание)</i></b>
из кобуры сзади; из кобуры спереди;
<b><i>Освобождение от захватов (с действием на задержание)</i></b>
рук; ног; от захватов и обхватов туловища спереди, сзади; от удушающих захватов .
<b><i>Технических действий по применения подручных средств</i></b>
ногти, удары каблуком обуви, удары зонтом, использование дамской сумочки и т.д.
<b><i>Упреждающие действия при попытке достать оружие (с действием на задержание):</i></b>
из нагрудного кармана; из кармана брюк;
<b><i>Личный досмотр (с последующим надеванием наручников, связыванием ремнём):</i></b>
под воздействием болевого приема стоя у стены под угрозой огнестрельным оружием стоя у стены; под угрозой огнестрельным оружием лёжа;
<b><i>Удержания:</i></b>
сверху, сбоку, поперёк, со стороны головы;

Рисунок 46 – Базовые технические приемы, включенные в содержание эксперимента

При этом в соответствии с пунктом 5 этого же документа самоподготовка для обучающихся является обязательной и отсутствие на самоподготовке без уважительных причин рассматривается как нарушение служебной дисциплины. В это же время при необходимости проводились индивидуальные либо групповые теоретические консультации педагогом по актуальным проблемам профессионально-прикладной физической подготовки.

К внеурочным формам, в соответствии с Наставлением по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации и другими ведомственными документами, регламентирующими процесс физической подготовки в подразделениях и учебных заведениях органов внутренних дел, относятся следующие: зарядка, спортивно-массовая работа в строевых подразделениях, самостоятельная подготовка, спортивные секции, спортивные праздники либо соревнования, индивидуальные либо групповые консультации.

Из перечисленных форм занятий использовались спортивная секция по боевым приемам борьбы, спортивные соревнования по боевым приемам борьбы, групповые консультации по теории и тактике применения боевых приемов борьбы, самостоятельная подготовка к реализации оперативно-тактического мышления и качественного применения боевых приемов борьбы в поединке. Согласно утвержденному распорядку дня на самостоятельную подготовку выделяется 120 минут ежедневно (с 14.45 до 16.45), самоподготовка по боевым приемам борьбы проводилась 2 раза в неделю по вторникам и пятницам. Теоретические задания, выполнявшиеся в это время, являлись продолжением углубления полученных знаний при изучении тем на обязательных занятиях. Работа по освоению и совершенствованию базового арсенала боевых приемов борьбы у девушек-курсантов проходила во время, выделяемое распорядком дня для работы спортивных секций (с 17.00 до 18.45) во вторник, среду и пятницу. Содержание занятий включало углубленное изучение приемов на основных занятиях, а также технических действий, введенных в состав средств нападения для девушек-курсантов.



Реализация стандарта в отношении содержания действий служебно-прикладного единоборства вызывает сложности у девушек, так как по своему физическому состоянию и двигательной подготовленности они отличаются от мужчин. При этом степень их соответствия служебным обязанностям должна быть обеспечена в полной мере, т.к. очевидно, что в условиях боевого столкновения женщины могут оказаться один на один с преступником. Построение процесса должно основываться на учете некоторых особенностей женского организма, важными из числа которых являются:

1. Достижение требуемого конечного результата боевого единоборства может быть обеспечено большим разнообразием способов.

2. Эффективное применение различных технических действий может быть обеспечено различным набором физических качеств.

3. Совместное взаимодействие первого и второго факторов определяет необходимость учета индивидуальных особенностей физической подготовленности каждого курсанта и в первую очередь особенностей курсантов женского пола.

4. Отсутствие полового дифференцирования в требованиях к оценке подготовленности в какой-то степени можно объяснить необходимостью достижения одинакового уровня при реализации приема, однако одинаковый уровень выполнения приема не является основной целью боевых единоборств. Конечной целью является достижение искомого результата по устранению противоправного действия правонарушителя, а это допускает некоторую свободу в выборе средств и способов поведения в боевом поединке. То есть даже при одинаковой цели обучения процесс должен быть дифференцированным с учетом особенностей половой принадлежности.

5. Принадлежность к женскому полу дает женщине некоторые преимущества, но создает дополнительные риски. Эти аспекты должны быть учтены при определении содержания обучения и при построении процесса.

6. Наибольшая свобода действий с точки зрения личностной и педагогической организации учебного процесса может быть представлена при

проведении внеучебной работы, что определяет наиболее приемлемые формы подготовки курсантов женского пола к применению боевых приемов единоборств.

С точки зрения методического регулирования задач служебно-прикладного единоборства, состав средств и направлений воздействия имеет особенности, связанные с уровнем применения арсенала приемов (В.Г. Колухов, В.И. Лисицин, В.Ф. Улыбышева, 1998; А.Э. Болотин 2014; А.Н. Валиев, Ш.Р. Ахметов, 2015; А.Н. Воротник, А.И. Ткаченко, 2015 и др.). Арсенал нападения может быть сформирован на основе учета личных предпочтений и личностных качеств, особенностей физической и двигательной подготовленности, с обеспечением понимания и реализации всех базовых групп нападения.

Совершенно другая ситуация возникает при формировании арсенала защиты, т.к. она является контрдействием в ответ на действие противника, и здесь всю структуру и цепочку движения определяет противник своим начальным действием. Понятно, что ее невозможно продиктовать и предугадать.

Для обеспечения процесса дифференцированного формирования техники защитного арсенала служебно-прикладного единоборства следует:

- принять в качестве методической основы процесса служебно-прикладной подготовки в разделе «Единоборства» дифференцирование целевых установок, состава средств, методических приемов и содержания разделов подготовки на основе учета гендерных особенностей курсантов;
- обеспечить опережающее формирование оперативно-тактического мышления у девушек-курсантов как компенсаторное образование для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития;
- выделить предметное содержание (информационные модели) типичных специфических ситуаций для атакующих действий соперника в конфликтном взаимодействии, обеспечивающее точное понимание техники противодействия ей;

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

– разработать и экспериментально апробировать методику формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации для выполнения защитных действий.

С другой стороны, индивидуальные особенности физической подготовленности, влияющие на формирование структуры атакующих действий, невозможно нивелировать и при защите.

Выходом из положения может стать формирование оперативно-тактического мышления и его качественное применение в поединке, что даст возможность обеспечить опережающее выполнение защитных техник, что, в свою очередь, не позволит нападающему проявить в полной мере совокупность физических качеств в реализуемом движении, за счет чего может быть обеспечено уравнивание шансов в конкретном фрагменте конфликта. При этом известно, что качество тактического мышления не определяется физическими качествами, а зависит от интеллектуальных способностей и уровня предшествующей подготовленности. Особенностью оперативно-тактического мышления женщины-полицейского как участника поединка является то обстоятельство, что она в различных конфликтных ситуациях должна мгновенно принимать конкретное и единственно верное решение.

Таким образом, можно констатировать, что важнейшим слагаемым успеха женщины-полицейского при реализации арсенала боевых приемов единоборств является уровень развития ее специальных интеллектуальных способностей, которые определяют правильность и однозначность выполняемых защитных действий в быстро меняющихся ситуациях поединка (С.А. Моськин, 2014; В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, 2016; Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин, Е.А. Алдошина, 2019 и др.).

При этом особое значение для женщин-сотрудниц органов полиции имеет наличие навыков распознавания образа специфической (благоприятной) ситуации при выполнении того или иного действия (приема), т.к. результативное проведение приема непосредственно влияет на достижение цели в поединке. То есть процесс подготовки курсантов женского пола к реализации арсенала боевых приемов единоборств должен обеспечить не только формирование навыков выполнения технических действий, но и развивать высокий уровень понимания закономерностей единоборств. Способами формирования этого качества является участие и анализ специальных соревнований, видеопросмотр и последующий анализ фрагментов боевых противоборств в естественных условиях, в условиях квазипрофессиональных боевых схваток старших курсантов и сокурсников, оценка специфических ситуаций, возникающих при выполнении технических действий самозащиты и нападения в условиях схваток, и другие приемы обучения.

Методическими основаниями обеспечения процесса формирования у девушек-курсантов образовательных организаций МВД навыков распознавания образа специфической ситуации нападения соперника для выбора опережающих защитных действий могут считаться следующие:

- проведение в структуре занятий физической подготовкой части, посвященной теоретической подготовке, которая должна обеспечить осознание потребности в овладении определенными навыками и создание у девушек определенно направленной мотивации, позволяющей осуществить принцип сознательности и активности, а также освоение ими специальных знаний, реализующих принцип научности обучения;

- в качестве задачи применения содержательной составляющей теоретической подготовки следует принять следующее: приобретение знания специальной терминологии, общих основ тактики ведения поединка, понимание органической взаимосвязи техники и тактики и ее отображении в модели конфликтной структуры поединка; сущности имитационного моделирования ситуационного взаимодействия участников конфликта посредством проведения

техничко-тактических действий; о роли и значении специальных интеллектуальных способностей в единоборствах у девушек-курсантов, понимание основных положений идеомоторики и идеомоторного выполнения движений; основ построения ориентировочной основы действий и выделения основных опорных точек в используемых информационных моделях приемов единоборств, смысла и направленности их применения;

– непосредственное выполнение защитных действий (приемов), тренировочных упражнений и специализированных заданий в процессе подготовки девушек-курсантов к выполнению технических действий из раздела служебно-прикладного единоборства (в качестве изучаемого содержания необходимо ориентироваться на состав средств, определяемых согласно действующей программе профессионально-прикладной физической подготовки студентов образовательных организаций МВД);

– непосредственное выполнение защитных приемов в различных стратегиях следует осуществлять на основе заданий, связанных с вычленением типичных ситуации конфликтного взаимодействия в поединке, в том числе и ситуации начала атаки;

– выполнение тренировочных упражнений и специализированных заданий по формированию целенаправленной возможности совершенствовать умения и навыки распознавания благоприятных ситуаций начала проведения контратакующих действий без отвлечения на второстепенные факторы, связанные с конфликтным взаимодействием в поединке;

– идеомоторная реализация различных информационных моделей, специализированных заданий и тренировочных упражнений для формирования чувственного образа ситуации начала атаки противника, характерной для успешного выполнения конкретного приема защиты;

– разложение действий, которые будут выполняться в той или иной ситуации поединка, на элементы, предполагающие фокусировку внимания на способах визуализации информативных элементов движений и действий в процессе идеомоторной тренировки, а также на формирование у девушек-

курсантов способности постоянно анализировать и сопоставлять свои зрительные, тактильные и мышечно-двигательные ощущения и восприятие с результатом фактического выполнения двигательных действий;

– использование для закрепления и проверки формируемых навыков учебно-соревновательных схваток (по 2-3 минуты) с заданием поочередного активного применения различного маневрирования и смены захватов при выполнении подготавливающих действий и защитного сопротивления атакующим действиям соперника;

– осуществление психологической подготовки девушек-курсантов на базе применения в процессе формирования навыков методических требований и педагогических приемов, способствующих целенаправленному развитию внимания, вероятностного прогнозирования и антиципации у занимающихся.

Исходя из изложенных выше подходов, при построении методики формирования навыков выполнения технических действий боевых приемов борьбы у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД женского пола следует актуализировать процесс подготовки к самостоятельному поддержанию уровня владения навыками во время учебы и в ходе самостоятельной трудовой деятельности (обучение методике и основам формирования техники). Необходимо обеспечить учет особенностей восприятия процесса единоборств женщинами, в том числе процесса адаптации изучаемых приемов к уровню их физической и психологической готовности.

Также следует включить в состав организационной поддержки процесса две взаимосвязанные организационные формы, направленные на стимулирование и комплексную проверку состояния готовности курсантов и слушателей, а именно, соревновательную форму и квазипрофессиональную форму моделирования профессиональных ситуаций, при этом с приближением к завершению процесса обучения постепенно количество применяемых соревновательных форм должно уменьшаться путем замены их игровыми методами моделирования профессиональных ситуаций.

Спортивные состязания и деловые игры по применению арсенала боевых приемов борьбы проводились по специальным планам выходного дня не реже одного мероприятия в два месяца по отдельным положениям.

Регламентированность содержания внеклассной работы не означает ее независимости от государственного образовательного стандарта. Незыблемым является решение задач профессиональной подготовки с использованием учебных и внеучебных форм занятий. Однако состав применяемых средств, содержание занятий и другие компоненты обеспечения педагогического воздействия при таком подходе более демократичны и позволяют подходить более дифференцированно к занимающимся с учетом их половых, возрастных и индивидуальных особенностей.

Сохранение навыков и умений, сформированных в процессе обучения в образовательных организациях МВД, в процессе трудовой деятельности выпускников не обеспечивается из-за отсутствия достаточного количества организованных занятий. При этом выпускники не могут изменить ситуацию и заполнить образующуюся «брешь» двигательной активности, т.к. отсутствуют знания и умения по проведению самостоятельных занятий физическими упражнениями. Здесь наблюдается отсутствие направленного формирования навыков и физических качеств, что приводит к недостаточному вниманию к формированию компонентов личностной физической культуры. Как известно, без соответствующего подкрепления двигательный навык утрачивается, и это происходит тем быстрее, чем на более позднем этапе онтогенеза этот навык был освоен (Л.П. Матвеев, А.Д. Новиков, 1976; К.Д. Чермит, 2005).

В содержание занятий были включены методы, методические приемы и инструменты обучения, направленные на формирование знаний. В частности, организован видеопросмотр и проведен анализ участницами эксперимента фрагментов боевых противоборств в естественных условиях, в условиях квазипрофессиональных боевых схваток старших курсантов и сокурсников. Участники экспериментальной группы изучали названия, отмечали особенности выполнения и реализации различных приемов боевых единоборств,

анализировали и оценивали специфические ситуации, возникающие при выполнении технических действий самозащиты и нападения.

Обучение было направлено на то, чтобы обеспечить осознание потребности в овладении формируемыми навыками и создать у занимающихся направленную мотивацию, позволяющую осуществить сознательный и активный выбор действий. Большое внимание было уделено освоению знаний в области специальной терминологии, общих основ тактики ведения боевого поединка, определению понимания взаимосвязи техники, технических возможностей и тактики поведения, оценке правильности ситуационных действий при отборе и выполнении технико-тактических действий, обеспечению проверки понимания, смысла и направленности применения приемов боевого единоборства.

Предполагалось, что при реализации некоторых элементов методологии формирования профессионально-прикладной физической культуры личности курсантов принципиальным становится конкретизация новой сущности профессионального развития и роста личности, что исходит из понимания личности как субъекта активности:

- предметно-познавательной активности (в данном случае содержание способов и средств боевых приемов единоборств);
- социальной активности (связанной с осознанием условий, направлений и цели применения боевых приемов единоборств, пониманием социальной значимости и меры достаточности при применении боевых приемов);
- активности в области физической культуры (связанной с осознанием, принятием и реализацией принципа систематичности занятий и применения средств борьбы).

При применении соревновательной формы проведения занятий были изменены правила оценки технических действий в соответствии с задачами применения технических действий для решения профессиональных задач, что позволяет объективно определять стратегию собственного поведения в условиях



боевого столкновения с противником и адаптировать технику исполнения приемов к своим физическим и психологическим особенностям.

В контрольной группе содержание урочных и внеурочных занятий, самоподготовок и других форм подготовки к занятиям не подвергалось коррекции, за исключением введения в состав форм внеучебной работы мероприятий, входящих в блок мониторинга. Это означает, что степень реализации критериев оценки эффективности общей подготовки к применению арсенала действий служебно-прикладного единоборства, таких как оценка степени и качества овладения объемом техники единоборств, уровень теоретической подготовленности, степени сформированности опережающего оперативно-тактического мышления и другие, изучалась с помощью одинаковых методов, одних и тех же форм, на одних и тех же этапах эксперимента.

#### **3.4. Динамика критериальных показателей качества выполнения техники приемов единоборств участниками эксперимента**

Согласно позициям, изложенным в главе 3.1, в качестве критериев степени эффективности общей подготовки к применению арсенала действий служебно-прикладного единоборства выбраны оценка степени и качества овладения объемом техники единоборств, уровень теоретической подготовленности как основы для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой, в том числе и с применением средств борьбы, и степень сформированности опережающего оперативно-тактического мышления.

Исходя из выделенных критериев и показателей качества выполнения техники боевых приемов борьбы, экспертной комиссией по общепринятой методике оценены количество и качество выполнение приемов из разделов базовых приемов борьбы, ударов руками и ногами, переводов в партер и выведений из равновесия и комбинации приемов. На начальном этапе обучения уровень технической подготовленности и степень владения объемом приемов

были одинаковы. Никто из девушек-курсантов до поступления в образовательную организацию не занимался видами единоборств, и уровень знаний, навыков и умений может быть оценен как нулевой. Критериальным значением требуемых для усвоения приемов по каждому блоку составляют 5 приемов, в общем за годы учебы курсанты должны освоить на уровне навыка около 20 боевых технических действий в соответствии с действующей программой. На первом году обучения (рис. 47) наибольшее количество приемов осваивается из числа ударов (3,63 ±0,32 приема в экспериментальной группе и 3,56±0,44 – в контрольной).

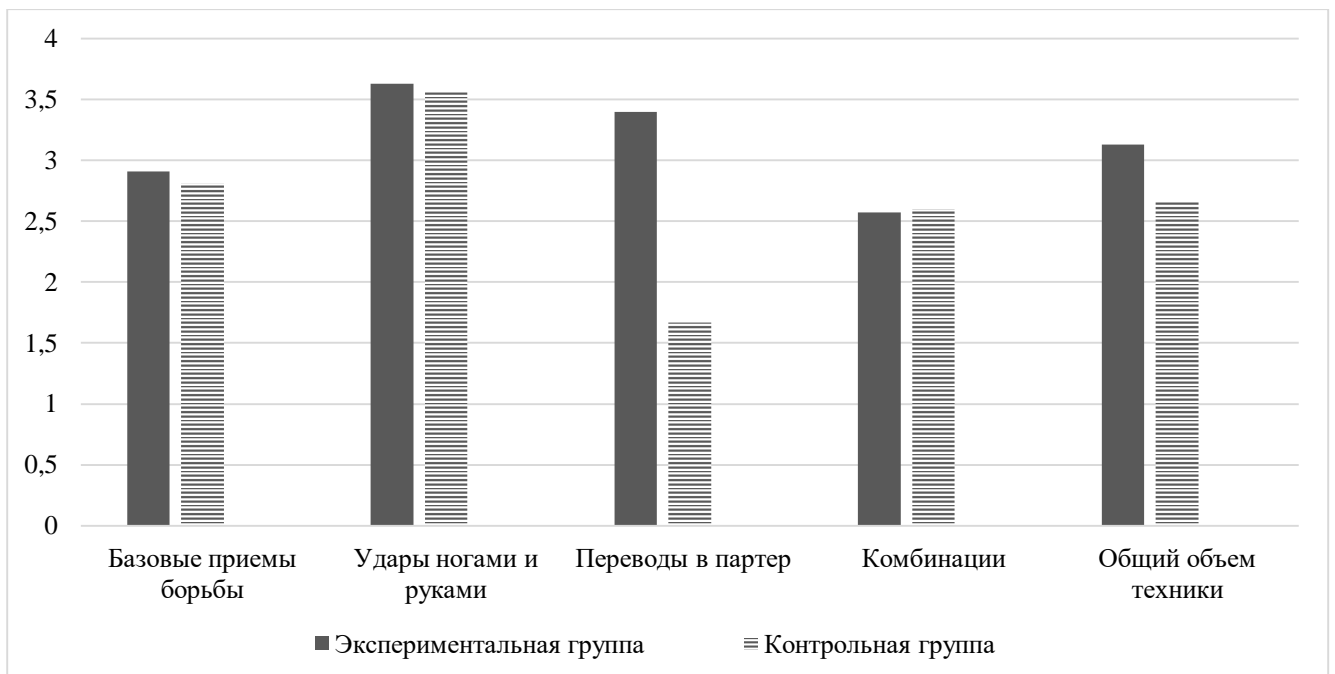


Рисунок 47 – Количество технических действий, освоенных на первом году занятий участниками эксперимента на уровне навыка

Несмотря на то что процессу обучения базовым приемам борьбы должно предшествовать обучение выведению из равновесия и способам перевода в партер, в контрольной группе количественный показатель объема данной техники не позволяет оценивать ее уровень как достаточный (1,67±0,34). В экспериментальной группе изучаемый показатель (3,4 ±0,38) находится выше среднего показателя количества вооруженности приемами по этой группе

занимающихся ( $3,13 \pm 0,36$ ). То есть недостаточное усвоение одного из ведущих компонентов техники базовых приемов борьбы, выступающего к тому же в качестве самостоятельного и эффективного средства ведения боевого поединка, является следствием недостаточного внимания к этому элементу на начальном этапе обучения. Вместе с тем качественное выполнение нормативов по объему данной группы действий в течение одного года не представляется возможным.

В течение первого года различий между усвоенным объемом базовых приемов борьбы, ударов руками и ногами и комбинациями не наблюдается, что подтверждает отсутствие отрицательного влияния перераспределения педагогического воздействия (увеличение внимания выведению из равновесия и переводов в партер) на формирование всего комплекса технического вооружения.

Качество реализации совокупности технических действий определяется процентным отношением выставленных экспертами оценок за выполнение технического действия (в движении, в движении в условиях дозированного сопротивления и в условиях квазيبоевой схватки) к максимально возможной оценке.

Выявлено, что на первом этапе эксперимента в экспериментальной группе качество выполнения групп приемов проявляется неравномерно (табл. 1), образуя две совокупности: в первую совокупность попадают удары ногами и руками (72,6%), показатели качества реализации которых достоверно выше ( $\alpha < 0,05$ ), чем качество выполнения базовых приемов (58,2%) и комбинаций приемов (51,4%). Сюда же относится и качество выполнения выведений из равновесия и переводов в партер (68,0%), которое не достоверно отличается от качества выполнения ударов ( $\alpha > 0,05$ ), но при этом достоверно выше ( $\alpha < 0,05$ ), чем качество переводов в партер.

Вторую совокупность составляют базовые приемы борьбы (58,2%) и комбинации приемов (51,4%), которые между собой достоверно значимых отличий не имеют, но их показатели ниже, чем по остальным совокупностям приемов.

Таблица 1 – Достоверность различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы в экспериментальной группе (23 чел. x 3 наблюдения итого n= 69) на 1 году занятий

Показатели	Достоверность различий $\alpha$ по $\varphi^*$				% оценки от возможного максимума
	базовые приемы борьбы	удары руками и ногами	переводы в партер	комбинации приемов	
Базовые приемы борьбы	–	<0,05	>0,05	>0,05	58,2
Удары руками и ногами	1,81	–	>0,05	<0,05	72,6
Переводы в партер	1,19	0,59	–	<0,05	68,0
Комбинации приемов	0,804	2,18	1,94	–	51,4

В контрольной группе (табл. 2) распределение качества исполнения отличается от проявлений этого показателя в экспериментальной группе. Выделяемые здесь совокупности определяются, вероятно, взаимодействием трудности реализуемых действий и содержанием обучения. Здесь выделяются три совокупности:

- первая – удары руками и ногами (71,2%), качество исполнения которых достоверно выше, чем базовых приемов борьбы (56,2%,  $\alpha < 0,05$ ), комбинаций приемов (52,0%,  $\alpha < 0,05$ ) и переводов в партер (33,4%,  $\alpha < 0,001$ );
- вторая – базовые приемы борьбы (56,2%) и комбинации приемов (52,2%), качество реализации которых между собой не различается ( $\alpha > 0,05$ ), но при этом оно достоверно выше, чем переводы в партер;
- третья – переводы в партер и выведение из равновесия, качество исполнения которых достоверно ниже, чем других групп приемов.

Из числа проверенных блоков приемов достоверное различие на первом году занятий между показателями экспериментальной и контрольной групп определяется только по качеству выведения из равновесия и перевода в партер.

Из этого факта вытекает два безусловных факта:

- 1) несмотря на то что выведение из равновесия и перевод в партер являются составными практически всех приемов борьбы, при отсутствии

целенаправленного задания по их развитию они остаются слабо востребованными и недостаточно развитыми. Однако это обстоятельство не снижает значения этого элемента в условиях боевого единоборства;

2) перераспределение учебного времени и выделение цикла занятий, направленных на формирование навыков выведения из равновесия и перевода противника в партер, не отражаются на качестве и количестве изучаемых технических действий, то есть данная группа технических действий не только становится самостоятельным средством ведения поединка, но позитивно воздействует на процесс формирования объема техники и качества реализации навыков ведения боевого единоборства.

Таблица 2 – Достоверность различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы в контрольной группе (набл. – 22 чел. x 3 наблюдения итого n= 66) на 1 году занятий

Показатели	Достоверность различий $\alpha$ по $\varphi^*$				% оценки от возможного максимума
	базовые приемы борьбы	удары руками и ногами	переводы в партер	комбинации приемов	
Базовые приемы борьбы	–	<0,05	<0,05	>0,05	56,2
Удары руками и ногами	1,84	–	<0,001	>0,05	71,2
Переводы в партер	2,19	4,03	–	<0,05	33,4
Комбинации приемов	0,49	2,33	1,70	–	52,0

Если высказанное предположение верно, то показатели качества исполнения при их этапном сопоставлении должны это подтвердить. Данное предположение рассматривается, основываясь на сопоставительном анализе различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы между показателями экспериментальной и контрольной групп на 1 году занятий (табл. 3).

Для доказательства последнего предположения была проанализирована динамика изученных на первом этапе показателей на завершающем этапе

эксперимента. В течение второго года обучения в обеих группах существенных изменений количества используемых комбинаций не произошло ни в экспериментальной ( $2,68 \pm 0,38$  приема), ни в контрольной группах ( $2,98 \pm 0,39$  приема), что дает основание полагать: формирование комбинационного стиля ведения боевого поединка требует больше времени и наличия практического опыта.

Таблица 3 – Достоверность различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы между показателями экспериментальной и контрольной групп на 1 году занятий

Технические действия	Процент от максимально возможной оценки		Достоверность различий по критерию $\varphi^*$ угловое преобразование Фишера	
	в экспериментальной группе (n=23)	в контрольной группе (n=23)	$\varphi^*$	$\alpha$
Базовые приемы борьбы	58,2	56,2	0,14	>0,05
Удары руками и ногами	72,6	71,2	0,10	>0,05
Переводы в партер	68,0	33,4	2,07	<0,05
Комбинации приемов	51,4	52,0	0,04	>0,05

\*Примечание. Достоверность различий по критерию  $\varphi^*$  – угловое преобразование Фишера, здесь и далее расчеты проводились по методике, изложенной в работе С.Н. Бегидовой, В.С. Бегидова (2010).

Однако для формирования этого компонента требуются знания и навыки применения других групп технических действий. То есть количественные показатели усвоения других групп приемов является основанием развития объема применяемых комбинаций.

С этой точки зрения, важным является тот факт, что количество базовых приемов борьбы (рис. 48), выполняемых участниками экспериментальной

группы, и количество ударов ногами и руками приближается к высшему уровню нормативных требований ( $4,19 \pm 0,42$  и  $4,04 \pm 0,82$  соответственно), при этом общий показатель объема техники показывает относительно равномерное развитие изучаемых блоков ( $3,64 \pm 0,55$ ).

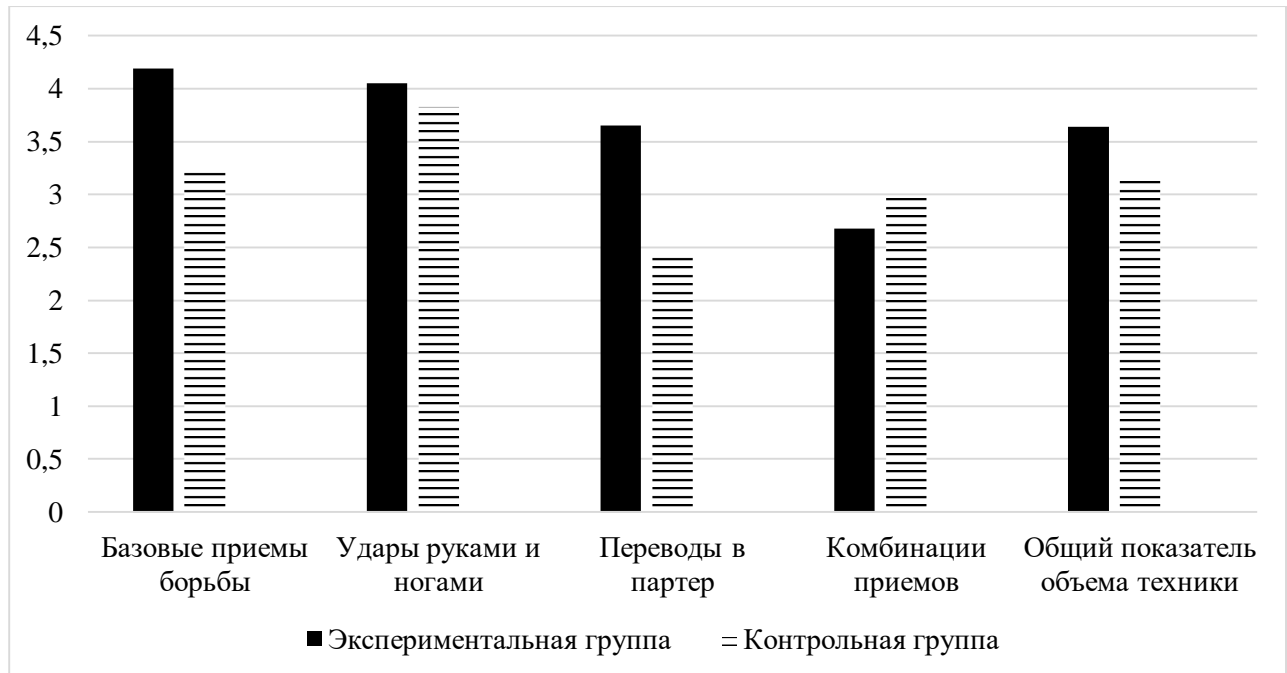


Рисунок 48 – Количество технических действий, усвоенных на первом году занятий участниками эксперимента на уровне навыка

Выявлено, что на втором, завершающем этапе эксперимента качество приемов, выполняемых участниками (табл. 4), значительным образом приближается к максимально возможному по всем группам приемов (по базовым приемам борьбы – 83,8%; по ударам руками и ногами – 70,8%; по переводам в партер – 75,4%; различия между показателями недостоверны и  $\alpha > 0,05$ ), за исключением качества реализации комбинации приемов (60,6%), которое достоверно отличается от показателей по выполнению базовых приемов борьбы и ударов ногами ( $\alpha < 0,001$ ) и от качества выведения из равновесия и выполнения переводов в партер ( $\alpha < 0,05$ ). Собственно, ни количество совокупностей (две), ни основной состав входящей в них группы приемов не изменились. Но при этом качество реализации приемов стало более однородным.

Кроме того, установлено, что внимание, которое обращается на качество выполнения базовых приемов борьбы, поддерживается изучением переводов в партер и системой подготовительных упражнений, связанных с выведением из равновесия, что приводит к выходу на первое рейтинговое место приемов борьбы на замену ударам ногами и руками. На наш взгляд, опыт применения ударов на начальном этапе подготовки привел к пониманию тех рисков, которые связаны с этим, и осознанию того, что приемы борьбы содержат меньше риска для проводящего, даже если при их выполнении будут допущены ошибки.

Таблица 4 – Достоверность различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы в экспериментальной группе (набл. – 23 чел. x 3 наблюдения, итого n= 69) на завершающем этапе эксперимента

Показатели	Достоверность различий по $\varphi^*$				% оценки от возможного максимума
	базовые приемы борьбы	удары руками и ногами	переводы в партер	комбинации приемов	
Базовые приемы борьбы	–	>0,05	>0,05	<0,001	83,8
Удары руками и ногами	0,346	–	>0,05	<0,001	80,8
Переводы в партер	1,24	0,90	–	<0,05	75,4
Комбинации приемов	3,1	2,75	1,80	–	60,6

В контрольной группе количество выделяемых совокупностей уменьшается и становится равно двум. В первую группу входят показатели качества выполнения ударов руками и ногами (74,3%) и базовых приемов борьбы (73,8%), которые между собой однородны ( $\alpha > 0,05$ ), а от двух других групп приемов достоверно отличаются ( $\alpha < 0,01$ ;  $< 0,001$ ). Соответственно, вторая совокупность, которая включает качество выполнения переводов в партер (48,2% от возможной оценки,  $\alpha < 0,001$ ) и комбинации приемов (50,8%,  $\alpha < 0,01$ ) имеют достоверно меньшие значения. То обстоятельство, что и в экспериментальной, и в контрольной группах качество исполнения комбинаций формируется с задержкой, указывает на наличие больших временных затрат на их изучение, и



вероятно, со временем приходит понимание, что выполнение комбинаций связано с появлением дополнительных рисков и что комбинация может равно привести как к улучшению, так и к ухудшению положения. Поэтому при стабилизации положения противника и собственного положения, что в условиях борьбы в захватах происходит быстрее, женщины не стремятся к обострению ситуации, что верно и с тактической, и с психологической точек зрения.

С другой стороны, выведение из равновесия и, как следствие, перевод в партер компоненты базовых приемов курсанты, их изучающие, должны уметь качественно реализовывать. Указанные недостатки в контрольной группе однозначно связаны с вниманием, которое уделяется этим компонентам в условиях академических занятий единоборствами. Доказательством наших рассуждений в подтверждение или в опровержение может стать рассмотрение различий между качеством реализации приемов участниками экспериментальной и контрольной групп на завершающем этапе эксперимента (табл. 5).

Таблица 5 – Достоверность различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы в контрольной группе (набл. – 22 чел. x 3 наблюдения, итого n= 66) на завершающем этапе эксперимента (второй год занятий)

Показатели	Достоверность различий по $\varphi^*$				% оценки от возможного максимума
	базовые приемы борьбы	удары руками и ногами	переводы в партер	комбинации приемов	
Базовые приемы борьбы	–	>0,05	<0,001	<0,01	73,8
Удары руками и ногами	0,06	–	<0,001	<0,01	74,3
Переводы в партер	3,19	3,25	–	>0,05	48,2
Комбинации приемов	2,82	2,88	0,36	–	50,8

Результаты анализа данных подтвердили, что различия между группами определяется по качеству реализации выведений из равновесия и переводов в партер (табл. 6) (эксп. – 75,4%; контр. – 48,2%;  $\alpha < 0,001$ ). Кроме того, данное преимущество и влияние на выполнение других технических действий

обеспечивают превосходство ( $\alpha < 0,05$ ) экспериментальной группы (75,25) над контрольной (61,8) по общему среднему уровню технической подготовленности. Это обстоятельство подтверждает необходимость и целесообразность внесения в состав самостоятельных средств подготовки курсантов образовательных организаций МВД женского пола приемов выведения из равновесия и переводов в партер.

Таблица 6 – Достоверность различий между качеством реализации блоков технических действий борьбы между показателями экспериментальной и контрольной групп на завершающем этапе эксперимента

Технические действия	Процент от максимально возможной оценки		Достоверность различий по критерий $\varphi^*$ угловое преобразование Фишера	
	в экспериментальной группе	в контрольной группе	$\varphi^*$	$\alpha$
Базовые приемы борьбы	83,8	73,8	1,44	$>0,05$
Удары руками и ногами	80,8	74,3	1,03	$>0,05$
Переводы в партер	75,4	48,2	3,38	$<0,001$
Комбинации приемов	60,6	50,8	1,15	$>0,05$
Общий средний уровень технической подготовленности	75,2	61,8	1,75	$<0,05$

Как отмечено выше, для определения теоретической подготовленности участниц эксперимента был организован видеопросмотр с последующим анализом фрагментов боевых единоборств в естественных условиях, в условиях квазипрофессиональных боевых схваток старших курсантов и сокурсников, в которых проводились различные приемы и оценивались специфические ситуации, возникающие при выполнении технических действий самозащиты и нападения.

Данный этап исследования должен был обеспечить осознание потребности в овладении формируемыми навыками и создать у занимающихся направленную

мотивацию, позволяющую осуществлять сознательный и активный выбор действий, обеспечить освоение ими специальных знаний в области специальной терминологии, общих основ тактики ведения боевого поединка, определить понимание взаимосвязи техники, технических возможностей и тактики поведения, оценить верность ситуационных действий при отборе и выполнении технико-тактических действий, сформировать проверку понимания, смысла и направленности применения приемов боевого единоборства.

Из всех параметров ведущим является рейтинг, определяющий процент правильных ответов и их количество. Затраченное время учитывается в рейтинге путем присуждения более высокого места тем ответам, на которые было затрачено минимум времени.

Уровень теоретической информированности участников экспериментальной группы на завершающем этапе эксперимента по результатам компьютерного тестирования отражается в показателях, представленных в таблице 7.

Сумма мест в процентах от максимума возможного по всем выделяемым качествам колеблется от 48% (способность выделить и идентифицировать приемы боевых единоборств) до 37,4%. Однако значения показателей степени проявления во всех выделенных качествах между собой не различаются ( $\alpha > 0,05$ ).

Рейтинг достигает наибольших значений по качеству определения стратегии ведения поединка (68,4%), а наиболее низкий уровень установлен по качеству выделения и идентифицированию приемов боевых единоборств (60,7%). Можно увидеть, что между максимальными и минимальными значениями, равно как и между показателями, лежащими внутри этого диапазона, различия недостоверны ( $\alpha > 0,05$ ), следовательно, эти показатели определяются как идентичные.

Значения средней оценки в процентах от максимума и качество знаний повторяют выявленные взаимоотношения первых двух подвергнутых анализу показателей, в том смысле, что качество между собой существенных различий не имеет ( $\alpha > 0,05$ ). Таким образом, появляется основание для констатации того

факта, что предложенный подход равномерно формирует все параметры, связанные с совершенствованием способности выделять и идентифицировать приемы боевых единоборств, выявлять характерные тактические действия и определять стратегию ведения поединка.

Таблица 7 – Достоверность различий между показателями владения теоретическими знаниями участников экспериментальной группы на завершающем этапе эксперимента

Выявляемые качества	Показатели			
	сумма мест (% от максимума)	рейтинг (%)	средняя оценка (% от максимума)	качество знаний (%)
1. Выделить и идентифицировать приемы боевых единоборств	48,0	60,7	88,0	74,9
2. Выявить характерные тактические действия	37,4	65,4	86,0	78,6
3. Определить стратегию ведения поединка	38,6	68,4	86,0	76,1
Достоверность различий между 1 и 2 показателями ( $\varphi^*$ , $\alpha$ )	0,72; $\alpha > 0,05$	0,33; $\alpha > 0,05$	0,29; $\alpha > 0,05$	0,12; $\alpha > 0,05$
Достоверность различий между 2 и 3 показателями ( $\varphi^*$ , $\alpha$ )	0,08; $\alpha > 0,05$	0,11; $\alpha > 0,05$	0,00; $\alpha > 0,05$	0,23; $\alpha > 0,05$
Достоверность различий между 1 и 3 показателями ( $\varphi^*$ , $\alpha$ )	0,64; $\alpha > 0,05$	0,55; $\alpha > 0,05$	0,29; $\alpha > 0,05$	0,20; $\alpha > 0,05$

Расчеты средних значений теоретической подготовленности и достоверность различий между показателями владения теоретическими знаниями участников контрольной группы на завершающем этапе эксперимента (табл. 8) подтверждают, что выбранные для проверки признаки тесно связаны между собой и являются производными от той методики, которая применяется. И здесь нет качества, по которому имеющиеся показатели допускают достоверно различные изменения ( $\alpha > 0,05$ ). То есть степень теоретической подготовленности

во всех ее проявлениях зависит от применяемой методики, развитие одного из признаков обеспечивает развитие и других.

Таблица 8 – Достоверность различий между показателями владения теоретическими знаниями участников экспериментальной группы на завершающем этапе эксперимента

Выявляемые качества	Показатели			
	сумма мест (% от максимума)	рейтинг (%)	ср. оценка (% от максимума)	качество знаний (%)
1. Выделить и идентифицировать приемы боевых единоборств	52,1	48,2	64,1	30,3
2. Выявить характерные тактические действия	62,4	31,9	62,0	34,3
3. Определить стратегию ведения поединка	61,3	36,4	52,2	39,1; $\alpha > 0,05$
Достоверность различий между 1 и 2 показателями ( $\varphi^*$ , $\alpha$ )	0,70; $\alpha > 0,05$	1,11; $\alpha > 0,05$	0,13; $\alpha > 0,05$	0,28; $\alpha > 0,05$
Достоверность различий между 2 и 3 показателями ( $\varphi^*$ , $\alpha$ )	0,61; $\alpha > 0,05$	0,89; $\alpha > 0,05$	0,23; $\alpha > 0,05$	0,34; $\alpha > 0,05$
Достоверность различий между 1 и 3 показателями ( $\varphi^*$ , $\alpha$ )	0,07; $\alpha > 0,05$	0,80; $\alpha > 0,05$	0,54; $\alpha > 0,05$	0,96; $\alpha > 0,05$

Изложенное выше обстоятельство приводит к необходимости проведения сопоставительного анализа уровня развития показателей экспериментальной и контрольной групп на завершающем этапе эксперимента (табл. 9).

Из числа выделенных теоретических качеств традиционный подход к обучению приводит к относительно неплохим результатам по формированию способности идентифицировать приемы боевых единоборств, на что указывает отсутствие достоверных различий между результатами экспериментальной ( $496,6 \pm 75,4$ ; 48,0%) и контрольной ( $539,3 \pm 52,7$ ; 52,1%) групп по сумме занятых мест, а также по показателям рейтинга (эксп. –  $60,7 \pm 11,2$ ; контр. –  $48,2 \pm 9,3$ ), по которым показатель достоверности составляет  $\alpha > 0,05$ .

Таблица 9 – Уровень теоретических знаний участников эксперимента на завершающем этапе эксперимента

Выявляемые качества	Показатели	Группы		Достоверность	
		экспериментальная (n=23)	контрольная (n=22)	$\varphi^*$ ,	$\alpha$
Выделить и идентифицировать приемы боевых единоборств	сумма мест (в % от	496,6±75,4 (48,0 %)	539,3±52,7 (52,1%)	0,27	>0,05
	возможной суммы, 1035)	60,7±11,2	48,2±9,3	0,84	>0,05
	рейтинг (%)	4,4±0,3 (88 %)	3,2±0,2 (64,1 %)	1,94	<0,05
	средняя оценка качества знаний (%)	74,9 %	30,3 %	3,10	<0,001
Выявить характерные тактические действия	сумма мест (в % от	387,7±68,9 (37,4 %)	646,3±72,8 (62,4 %)	1,69	<0,05
	возможной суммы, 1035)	65,4±18,1	31,9±15,5	2,28	<0,05
	рейтинг (%)	4,3±0,8 (86 %)	3,1±0,4 (62,0 %)	1,88	<0,05
	средняя оценка качества знаний (%)	78,6 %	34,3 %	3,12	<0,001
Определить стратегию ведения поединка	сумма мест (в % от	399,8±68,5 (38,6 %)	634,9±45,2 (61,3 %)	1,66	<0,05
	возможной суммы, 1035)	68,4±15,2	36,4±11,1	1,98	<0,05
	рейтинг (%)	4,3±0,4 (86 %)	2,8±0,5 (52,2 %)	2,54	<0,01
	средняя оценка качества знаний (%)	76,1 %	39,1 %	2,58	<0,01

Примечание. Рейтинг и качество знаний выражены в процентах. Перевод средней оценки в % от максимально возможного позволяет для анализа этих данных применить расчет достоверности различий по критерию  $\varphi^*$  угловое преобразование Фишера

Однако даже в этом качестве экспериментальная группа показывает достоверно более высокие результаты по показателю средней оценки ( $\alpha < 0,05$ ) и по качеству знаний ( $\alpha < 0,001$ ). То есть количественные показатели экспериментальной и контрольной групп по возможностям определения названия изученных приемов и количеству приемов, в которых выделяются основные признаки, примерно равны. Но усложнение условий их презентации, изменение степени проявления в комбинациях и другие нестандартные задания

приводят к большим сложностям для идентификации у участников контрольной группы. Поэтому качество знаний участников экспериментальной группы, обеспечивающих идентификацию приемов боевых единоборств (74,9%), вдвое выше, чем у курсантов контрольной группы (30,3%).

По всем остальным качествам владения теоретическими сведениями (выявление характерных тактических действий, определение и оценка стратегии ведения поединка) по всем показателям (по сумме занятых мест, рейтингу, средней оценке, качеству знаний) результаты, показанные в экспериментальной группе, достоверно лучше. Это обстоятельство позволяет утверждать, что предложенный подход не только не ухудшает качество теоретической подготовки ни по одному пункту, но при этом обеспечивает преимущественное развитие других.

Одной из основных задач исследования являлось определение степени формирования навыков маневрирования и пространственно-временной ориентировки для того, чтобы оценить достижение возможности безопасного выполнения боевых служебных задач и осознанно выбирать направления и цели применения боевых приемов единоборств за счет опережающего оперативно-тактического мышления. Результаты экспертного обсуждения полученных данных по этому фрагменту представлены в сводной таблице приложений X и Ц. Эти компоненты становятся значительными для сохранения жизни и здоровья работников полиции женского пола еще и по той причине, что у них недостаточное развитие силовых качеств должно восполняться тонким пониманием психологии и тактики поведения противника.

Начальный этап эксперимента характеризуется нулевым уровнем технико-тактической подготовленности участниц эксперимента, никто из них до начала эксперимента не тренировался в видах единоборств. Понятно, что за год занятий очень сложно изучить технику боевых единоборств, создать навыки исполнения достаточного объема приемов, обеспечить понимание стратегии и тактики единоборств. Несмотря на это, нами в полном объеме проверены достижения испытуемых на первом этапе для определения соразмерности развиваемых

качеств и доказательства преимуществ в применяемой методике на завершающем этапе эксперимента.

В экспериментальной группе различия между показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов на первом этапе обучения (табл. 10) по выполнению атакующих и защитных приемов, ухода от захватов противника, выведения противника из равновесия и по способности к маневрированию отсутствуют.

Таблица 10 – Достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов экспериментальной группы на первом этапе обучения (3 эксперта, наблюдение за 23 девушками, n=69)

Показатели	Значения	Достоверность различий по критерию углового преобразования Фишера ( $F^*$ ; $\alpha$ )					
		выполнение действий	уход от захватов	выведение из равновесия	маневрирование	итоговая средняя оценка	% итога от возможн.
Выполнение действий	42,0	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Уход от захватов	41,0	0,11	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Выведение из равновесия	39,0	0,35	0,24	-	>0,05	>0,05	>0,05
Маневрирование	35,0	0,83	0,71	0,48	-	>0,05	>0,05
Итоговая средняя оценка	40,0	0,23	0,12	0,11	0,59	-	>0,05
% итога от возможного	39,6	0,28	0,16	0,07	0,55	0,05	-

Таким образом, качества и свойства, определяющие способности к ведению боевой схватки с противником в учебном процессе, развиваются равномерно, хотя при этом средние значения оценок по каждому показателю составляют около 40% от максимальных возможностей, то есть около 4 баллов по 10-балльной оценочной шкале.

Равномерное развитие всех компонентов демонстрируют и представители контрольной группы (табл. 11). Различия между достигнутыми результатами по



выполнению атакующих и защитных приемов, ухода от захватов противника, выведение противника из равновесия и по способности к маневрированию не выявляются, поэтому средний результат (36,9) достоверно не отличается от значений показателей, его составляющих.

Таблица 11 – Достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов контрольной группы на первом этапе обучения (3 эксперта, наблюдение за 22 девушками,  $n = 66$ )

Показатели	Значения	Достоверность различий по критерию углового преобразования Фишера ( $\varphi^*$ ; $\alpha$ )					
		выполнение действий	уход от захватов	выведение из равновесия	маневрирование	итоговая средняя оценка	% итога от возможн.
Выполнение действий	35,0	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Уход от захватов	37,0	0,24	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Выведение из равновесия	39,0	0,48	0,23	-	>0,05	>0,05	>0,05
Маневрирование	36,0	0,11	0,12	0,36	-	>0,05	>0,05
Итоговая средняя оценка	36,0	0,11	0,12	0,36	0,10	-	>0,05
% итога от возможного	36,9	0,22	0,02	0,26	0,10	0,10	-

Таким образом, можно с уверенностью констатировать, что методика, соответствующая методическим рекомендациям вышестоящих органов управления системой образования МВД, по которой занималась контрольная группа, и модернизированная методика с изменениями, внесенными в содержание проведения внеурочной части, примененная в экспериментальной группе, обеспечивают равноценное воздействие на все многообразие компонентов технико-тактической подготовки курсантов-девушек.

Более того, достигаемый на первом этапе уровень владения технико-тактическими элементами (табл. 12) в экспериментальной и контрольной группах не демонстрирует достоверных различий между одинаковыми показателями по критерию  $\varphi^*$  «угловое преобразование Фишера» ( $\alpha > 0,05$ ).

Таблица 12 – Достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов экспериментальной и контрольной групп на первом этапе контроля

Показатели	Группы		Достоверность различий по критерий $\varphi^*$ угловое преобразование Фишера	
	экспериментальная (n=69)	контрольная (n=66)	$\varphi^*$	$\alpha$
Выполнение приемов и действий	42,0	35,0	0,82	>0,05
Уход от захватов	41,0	37,0	0,24	>0,05
Выведение из равновесия	39,0	39,0	0,00	>0,05
Маневрирование	35,0	36,0	0,02	>0,05
Итоговая средняя оценка	40,0	36,0	0,47	>0,05
Итоговый % от возможного	39,6	36,9	0,33	>0,05

Предположение о том, что на начальном уровне различия в воздействии не будут существенными, существовало с начала планирования эксперимента, поэтому продолжительность этого этапа составила 2 года. Считалось, что процесс обучения и создания двигательных навыков, чем преимущественно занимаются курсанты первого курса, не приводит к пониманию сути и стратегии единоборств. Эти профессиональные свойства образуются интенсивно только тогда, когда в содержание занятий включаются состязания по боевым единоборствам, квазиединоборства, квазиединоборства и деловые игры по единоборствам. Такие формы и методические приемы можно применять лишь при наличии определенного состава средств ведения поединка, которые позволяют решать поставленные задачи.

На завершающем этапе эксперимента (табл. 13) в экспериментальной группе происходило равномерное развитие всех выявляемых показателей технико-тактической подготовленности ( $\alpha > 0,05$ ), при этом степень реализации каждой из потенциальных возможностей достигает значений 76-80%.

Таблица 13 – Достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов экспериментальной группы на заключительном этапе обучения (3 эксперта, наблюдение за 23 курсантами, n=69)

Показатели	Значения	Достоверность различий по критерию углового преобразования Фишера ( $\varphi^*$ ; $\alpha$ )					
		выполнение действий	уход от захватов	выведение из равновесия	маневрирование	итоговая средняя оценка	% итога от возможн.
Выполнение действий	77,0	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Уход от захватов	76,0	0,13	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Выведение из равновесия	80,0	0,42	0,55	-	>0,05	>0,05	>0,05
Маневрирование	70,0	0,88	0,76	1,33	-	>0,05	>0,05
Итоговая средняя оценка	76,0	0,13	0,00	0,55	0,76	-	>0,05
% итога от возможного	75,6	0,17	0,04	0,53	0,74	0,04	-

В контрольной группе выделяются две неравные подгруппы (табл. 14). Показатель качества выполнения бросков и приемов (71,0%) достоверно выше качества реализации ухода от захватов (53,0%;  $\alpha < 0,05$ ), выведения из равновесия (57,0%;  $\alpha < 0,05$ ) и маневрирования (55,0%;  $\alpha < 0,05$ ). То есть этот элемент технико-тактической подготовленности не отличается только от двух расчетных показателей, так как ее преимущественное развитие не может ликвидировать разницу, обеспечиваемую тремя другими составляющими, влияющими на расчетные показатели.

Таким образом, только один критерий составляет группу показателей, отличающихся от остальных. В другую группу входят демонстрируемые показатели ухода от захватов, выведения из равновесия, маневрирование, итоговая средняя оценка и итоговый процент от возможного, каждый из которых

находится в пределах от 53,0% до 60,8%, отличаясь друг от друга недостоверным образом ( $\alpha > 0,05$ ).

Таблица 14 – Достоверность различий между показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов контрольной группы на заключительном этапе обучения (3 эксперта, наблюдение за 22 курсантами,  $n=66$ )

Показатели	Значения	Достоверность различий по критерию углового преобразования Фишера ( $\varphi^*$ ; $\alpha$ )					
		выполнение действий	уход от захватов	выведение из равновесия	маневрирование	итоговая средняя оценка	% итога от возможн.
Выполнение действий	71,0	-	<0,05	<0,05	<0,05	>0,05	>0,05
Уход от захватов	53,0	2,14	-	>0,05	>0,05	>0,05	>0,05
Выведение из равновесия	57,0	1,68	0,46	-	>0,05	>0,05	>0,05
Маневрирование	55,0	1,91	0,23	0,22	-	>0,05	>0,05
Итоговая средняя оценка	60,0	1,33	0,64	0,35	0,58	-	>0,05
% итога от возможного	60,8	1,24	0,91	0,45	0,68	0,10	-

То есть на втором году занятий по реализуемой в подавляющем количестве образовательных организаций МВД методике проявляется некоторая диспропорция в развитии способностей к ведению боевых поединков в сторону улучшенного усвоения техники приемов и недостаточного уровня сформированности тактических вариантов их применения и построения поединка.

Рассмотрим динамику технико-тактической подготовленности девушек-курсантов – участниц экспериментальной группы, проводя сопоставительный анализ результатов на первом и втором этапах эксперимента (табл. 15). Как было отмечено выше, на первом этапе совокупность технико-тактических действий реализовывалась примерно одинаково на уровне около 40% от максимально возможного значения. На завершающем этапе все показатели выросли ( $\alpha < 0,001$ ) и стали находиться в пределах 70,5-80%.

Таблица 15 – Достоверность различий между этапными показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов экспериментальной группы (3 эксперта, наблюдение за 23 курсантами, n=69)

Показатели	Процент от максимально возможной оценки на этапах		Достоверность различий по критерию $\varphi^*$ угловое преобразование Фишера	
	1 этап	завершающий	$\varphi^*$	$\alpha$
Выполнение приемов и действий	42,0	77,0	4,19	<0,001
Уход от захватов	41,0	76,0	4,41	<0,001
Выведение из равновесия	39,0	80,0	4,96	<0,001
Маневрирование	35,0	70,0	4,11	<0,001
Итоговая средняя оценка	40,0	76,0	4,30	<0,001
Итоговый % от возможного	39,6	75,6	4,30	<0,001

Достоверные приросты произошли и в контрольной группе по всем показателям (табл. 16). Однако неравномерное проявление значений достоверности различий и трех разных его уровней (<0,05; <0,01; <0,001) свидетельствует о неравнозначности развития компонентов подготовленности, что приводит к необходимости сопоставить данные исследований уровня технико-тактической подготовленности, полученные на завершающем этапе эксперимента (табл. 17).

Из шести рассмотренных показателей по одному из наиболее важных, а именно выполнение атакующих и защитных приемов и действий, показатели экспериментальной (77,0%) и контрольной (71,0%) групп не имеют достоверных различий ( $\varphi^*=0,79$ ;  $\alpha>0,05$ ).

По всем остальным элементам технико-тактической подготовленности девушки-курсанты экспериментальной группы демонстрируют достоверно более высокие результаты, что обеспечивает реализацию 75,6% от максимально

достижимого итогового значения, которое достоверно выше ( $\alpha < 0,05$ ), чем аналогичный показатель у представительниц контрольной группы (60,8%).

Таблица 16 – Достоверность различий между этапными показателями технико-тактической подготовленности девушек-курсантов контрольной группы (3 эксперта, наблюдение за 22 курсантами,  $n=66$ )

Показатели	Процент от максимально возможной оценки на этапах		Достоверность различий по критерий $\varphi^*$ угловое преобразование Фишера	
	начало	завершающий	$\varphi^*$	$\alpha$
Выполнение приемов и действий	35,0	71,0	4,23	<0,001
Уход от захватов	37,0	53,0	1,85	<0,05
Выведение из равновесия	39,0	57,0	2,01	<0,05
Маневрирование	36,0	55,0	2,20	<0,05
Итоговая средняя оценка	36,0	60,0	2,78	<0,01
Итоговый % от возможного	36,9	60,8	2,78	<0,01

Таблица 17 – Достоверность различий между показателями в экспериментальной и контрольной группах на заключительном этапе контроля

Показатели	Группы		Достоверность различий по критерий $\varphi^*$ угловое преобразование Фишера	
	экспериментальная (n=69)	контрольная (n=66)	$\varphi^*$	$\alpha$
Выполнение приемов и действий	77,0	71,0	0,79	>0,05
Уход от захватов	76,0	53,0	2,79	<0,01
Выведение из равновесия	80,0	57,0	2,89	<0,01
Маневрирование	70,0	55,0	1,81	<0,05
Итоговая средняя оценка	76,0	60,0	1,99	<0,05
Итоговый % от возможного	75,6	60,8	1,85	<0,05

## ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Происходящие в мире общественные, социальные и экономические изменения приводят к интенсивному изменению содержания и методов борьбы исполнительной власти с преступностью по защите жизни, здоровья, прав и свобод граждан, собственности, интересов общества и государства от преступных и иных противоправных посягательств. Изменение условий жизни приводит к трансформации структуры преступности, к появлению новых, интеллектуальных видов преступлений, связанных с применением в качестве орудий информационных технологий и других средств глобального общества.

Появление новой реальности привело к появлению таких видов преступности, с которыми эффективную борьбу успешно могут вести лица женского пола, иногда выполняя лучше мужчин некоторые виды правозащитной деятельности.

Кроме того, процессы демократизации позволяют женщинам выполнять любые профессиональные обязанности при наличии у них способностей и желания. Принадлежность к полу перестает быть ведущим критерием отбора к профессиональной деятельности.

Взаимодействие названных выше общественных отношений и переменных факторов профессиональной деятельности привело к увеличению количества женщин, работающих в органах МВД, и к появлению, а затем и к увеличению, доли обучающихся в образовательных организациях курсантов женского пола.

В соответствии с основными документами, регламентирующими содержание процесса обучения будущих офицеров МВД, одним из важнейших направлений формирования и развития личности курсантов является формирование у них общей и профессиональной физической культуры. Известно, что любое направление физического воспитания, в том числе и процесс профессионально-прикладной физической подготовки, дифференцируется в зависимости от возраста, состояния здоровья, уровня физической подготовленности и половой принадлежности. Поступление в

образовательные организации МВД России зависит от состояния здоровья, уровня физической подготовленности и обеспечивается путем отбора на первый курс или отсеивания групп людей, не соответствующих установленным требованиям. Учет возрастных особенностей курсантов производится путем изменения содержания подготовки от курса к курсу, то есть программы меняются с возрастом обучающихся.

Таким образом, все процессы дифференцирования обеспечиваются на основе организованных и проведенных государственными органами научных исследований, за исключением процесса дифференцирования воздействия по принадлежности к полу. Вопрос недостаточно решен до сих пор по двум основным причинам:

1) сама научная задача появилась недавно в связи с тем, что в образовательные организации МВД стало поступать большое количество девушек;

2) несмотря на гендерные различия сотрудников МВД, требования по подготовленности к ним не могут существенно различаться, ибо, в конечном счете, они выполняют одинаковые или сходные профессиональные функции.

Серьезные проблемы возникают при применении боевых приемов единоборств сотрудниками-женщинами, так как от уровня этого вида профессиональной готовности зависят жизнь и здоровье другого человека, коллеги или собственная жизнь.

В боевых условиях профессиональной деятельности недопустимо снижение требований к уровню профессионально прикладной готовности, в том числе по владению приемами служебно-прикладного единоборства лицами женского пола. Но, если потребность обеспечения равноценной подготовленности взять за основу и всех готовить с применением одних и тех же средств, методов и методических подходов, то нет возможности учесть опорные сильные стороны и объективно определить риски процесса подготовки (что, безусловно, ослабляет качество).



Кроме того, необходимый уровень выполнения технических действий боевых единоборств до такой степени высок, что один и тот же результат может быть достигнут сотрудниками разного пола за счет применения совершенно разных средств. Поэтому состав применяемых средств подготовки может быть вариативным, а результат одинаковым и стабильным.

В сложившейся ситуации обращение к изучению процесса формирования арсенала боевых приемов борьбы у девушек-курсантов образовательных организаций МВД, особенно во внеучебное время, является актуальным.

Построение процесса профессионально-прикладной физической подготовки студентов образовательных организаций МВД, составной частью которой является процесс формирования арсенала боевых приемов борьбы, существенным образом отличается от аналогичной подготовки в гражданских вузах. За содержание, структуру и организацию данного процесса в гражданских вузах отвечают кафедры физического воспитания. В образовательных организациях МВД кафедра отвечает за неукоснительное выполнение государственного образовательного стандарта, регламентирующего состав изучаемых средств и особенности используемой методики. Это связано с тем, что наиболее высокие требования к физической подготовленности сотрудников предъявляют стоящие задачи по силовой защите закона и применению мер принуждения к правонарушителям. Решающее значение при этом имеет целенаправленное формирование отдельных профессиональных физических качеств, обеспечивающих эффективное выполнение конкретных двигательных действий, в том числе силового превосходства, при единоборстве с правонарушителем, а это означает, что возможные недоработки при разработке собственной методики могут иметь негативные последствия.

Для решения данной задачи особое внимание необходимо обращать на формирование физических кондиций, умений и навыков будущих сотрудников органов МВД. Однако, как указывалось выше, уровень подготовленности без закрепления утрачивается, поэтому важно научить курсантов основам методики самоорганизации физического самовоспитания.

Реализация организационных, методических и содержательных составляющих, появившихся новых задач должна проводиться в процессе организации внеучебных форм занятий, допускающих вариативность содержания и применяемых методик. Преодолеть имеющиеся сложности на начальном этапе существенно мешало то обстоятельство, что отсутствовали знания о содержании этой подготовки и о подходах в применяемых методиках с учетом особенностей женщин.

Выяснить особенности содержания внеучебной работы с курсантами-женщинами путем обобщения педагогического опыта или путем опроса специалистов не представлялось возможным из-за отсутствия достаточного опыта. Было принято решение выделить определяющее звено техники любого броска борьбы и попытаться обратить на этот элемент большее внимание во внеучебное время, наряду с повторением и совершенствованием того содержания, которое изучается в условиях обязательных занятий. Анализ специальной литературы подтвердил идею о значении выведений из равновесия как определяющего звена техники. В этой связи варианты выведения из равновесий и их реализация в виде окончательного приема в качестве перевода в партер были приняты за основной элемент изучения. Таким образом, предполагалось, что 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 само страховки, хвататы 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 женщины-курсанты.

Продолжением качественно выполненного перевода в партер после выведения из равновесия либо предшествующего ему действия должны являться удары, которые изучаются в соответствии с государственным стандартом, но могут быть содержанием комбинации. В этой связи самостоятельную группу

базовых приемов борьбы могут составить сами удары и комбинации приемов и приемов и ударов.

Кроме того, в состав изучаемых средств были включены элементы самозащиты, применять которые могут только женщины, имеющие определенные предметы и аксессуары.

Такие действия недостаточно представлены с учетом состава движений и демонстрации техники. Для устранения этих недоработок на основании развития идей профессора Ю.А. Шулики была разработана классификационная решетка определения переводов в партер в боевых единоборствах, которая позволяет конструировать элементы борьбы в зависимости от:

- 1) направления выведения из равновесия противника (вперед, назад, вправо, влево, вперед-вправо, вперед-влево, назад-вправо, назад-влево);
- 2) способов сбиваний: сдергиванием (уходом, заходом, входом, скрестно) и зависанием (прогибом, вращением, выседом, разворотом).

На основании снятых автором кинограмм техники движений, демонстрируемых мастером спорта международного класса Г. Нестеровой и мастером спорта З. Чунтыжевой (г. Майкоп), и подготовленных рисунков на их основе описано 36 элементов боевых приемов борьбы.

Исходя из полученных предварительных данных, в состав боевых приемов единоборств девушек-курсантов для самостоятельного изучения и изучения во внеурочное время были введены:

- группа элементарных приемов борьбы (приемы страховки и самостраховки, хваты и захваты, стойки и передвижения);
- выведения из равновесия и переводы в партер;
- специфические приемы самозащиты женщин при нападении;
- комбинации изученных ими приемов самозащиты;
- удары как компоненты комбинаций и самостоятельные приемы.

С точки зрения методического регулирования задач служебно-прикладного единоборства, состав средств и направлений воздействия имеет особенности, связанные с уровнем применения арсенала приемов. В свою очередь арсенал

нападения может быть сформирован на основе учета личных предпочтений и личностных качеств, особенностей физической и двигательной подготовленности, с обеспечением понимания и реализации всех базовых групп нападения.

Другая ситуация возникает при формировании арсенала защиты, так как защита представляет собой контрдействие – ответ на действие противника, и в данной ситуации структуру и цепочку движений определяет противник своим начальным действием. Следовательно, у защищающегося выбор способов ограничен начальным действием нападающего.

Выходом из положения может стать формирование оперативно-тактического мышления и его качественное применение в поединке, что позволит гарантировать опережающее выполнение защитных техник и не даст нападающему проявить в полной мере совокупность физических качеств в реализуемом движении, за счет чего может быть обеспечено уравнивание шансов в конкретном фрагменте конфликта.

При этом известно, что качество тактического мышления не определяется физическими качествами, а зависит от интеллектуальных способностей и уровня предшествующей подготовленности. То есть важнейшим слагаемым успеха женщины-полицейского при реализации арсенала боевых приемов борьбы является уровень развития ее специальных интеллектуальных способностей, которые помогают определить правильность и однозначность выполняемых защитных действий в быстро меняющихся ситуациях поединка.

При этом особое значение имеет наличие навыков распознавания образа специфической (благоприятной) ситуации для выполнения того или иного действия (приема), т.к. его результативное проведение непосредственно влияет на достижение цели в поединке.

Успешность формирования техники защитного арсенала служебно-прикладного единоборства обеспечивается за счет:

– принятия в качестве методической основы процесса служебно-прикладной подготовки в разделе «Единоборства» дифференцирования целевых

установок, состава средств, методических приемов и содержания разделов подготовки на основе учета гендерных особенностей курсантов;

– обеспечения опережающего формирования оперативно-тактического мышления у девушек-курсантов как компенсаторного образования для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития;

– выделения предметного содержания типичных специфических ситуаций для атакующих действий соперника в конфликтном взаимодействии, обеспечивающего точное понимание техники противодействия ей;

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

– обеспечения формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации при выполнении защитных действий.

Педагогический эксперимент проводился по типу сравнительного, содержащего констатирующую и формирующую часть, с целью обоснования состава арсенала приемов борьбы для девушек-курсантов образовательных организаций МВД, а также с применением методики формирования арсенала техники боевых единоборств у девушек-курсантов 1-2 курсов в образовательных организациях МВД на занятиях по физической подготовке во внеучебное время.

В качестве критериев оценки степени эффективности общей подготовки при применении арсенала действий служебно-прикладного единоборства выбраны: оценка степени и качества овладения объемом техники единоборств, уровень теоретической подготовленности как основы для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой, в том числе и с применением средств борьбы, и степень сформированности опережающего оперативно-тактического мышления.

Проверка степени и качества овладения объемом техники единоборств выявила отсутствие отрицательного влияния на формирование всего комплекса технического вооружения проведенного перераспределения педагогического воздействия за счет увеличения внимания к формированию техники выведения из равновесия и переводов в партер.

Полученные результаты подтвердили качественное своеобразие динамики объема и выполнения технических действий в экспериментальной и контрольной группах. На первом этапе эксперимента в экспериментальной группе качество выполнения групп приемов проявляется неравномерно, образуя две совокупности:

а) удары ногами и руками и качество выполнения выведений из равновесия и переводов в партер;

б) базовые приемы борьбы и комбинации приемов.

Между показателями внутри групп различия отсутствуют, а между группами – различия достоверны.

В контрольной группе выделяются три совокупности:

а) удары руками и ногами;

б) базовые приемы борьбы и комбинации приемов;

в) переводы в партер и выведение из равновесия, качество исполнения которых достоверно ниже, чем других групп приемов.

В контрольной группе распределение качества выполнения определяется взаимодействием трудности реализуемых действий и содержания обучения.

Таким образом, можно констатировать, что, несмотря на то что выведение из равновесия и перевод в партер являются составными частями практически всех приемов борьбы, при отсутствии целенаправленного задания по их развитию они остаются недостаточно востребованными и плохо развитыми, а это не снижает значения этого элемента в условиях боевого единоборства.

Результаты, продемонстрированные в экспериментальной группе, указывают на то, что перераспределение учебного времени и выделение цикла занятий, направленных на формирование навыков выведения из равновесия и

перевода противника в партер, не отражаются на качестве и количестве изучаемых технических действий. Данная группа технических действий не только становится самостоятельным средством ведения поединка, но она позитивно воздействует на процесс формирования объема техники и формирования качества реализации навыков ведения боевого единоборства. Об этом свидетельствуют результаты изучаемых показателей на завершающем этапе эксперимента, в ходе которого установлено достоверное различие между группами по качеству реализации выведений из равновесия и переводов в партер (эксп. – 75,4%; контр. – 48,2%;  $\alpha < 0,001$ ), а также определено позитивное влияние данного преимущества на общий средний уровень технической подготовленности. Это обстоятельство подчеркивает необходимость и целесообразность внесения в состав самостоятельных средств подготовки курсантов образовательных организаций МВД женского пола приемов выведения из равновесия и переводов в партер.

При определении теоретической подготовленности проводился видеопросмотр с последующим анализом участницами эксперимента фрагментов боевых противоборств в естественных условиях, в условиях квазипрофессиональных боевых схваток старших курсантов и сокурсников, в которых проводились различные приемы боевых единоборств и оценивались специфические ситуации, возникающие при выполнении технических действий самозащиты и нападения.

На основании компьютерного тестирования оценивались такие качества, как умение выделить и идентифицировать приемы боевых единоборств, выявлять характерные тактические действия и определять стратегию ведения поединка. Для сопоставления качеств для каждого курсанта отдельно определялись сумма занятых мест (в % от максимума), рейтинг (%), средняя оценка (% от максимума) и качество знаний (%).

Таким образом, подтверждено, что предложенный подход равномерно влияет на все параметры, связанные с формированием способности выделять и

идентифицировать приемы боевых единоборств, подбирать необходимые характерные тактические действия и определять стратегию ведения поединка.

Из числа выделенных теоретических знаний традиционный подход к обучению обеспечивает относительно неплохие результаты по формированию способности выделять и идентифицировать приемы боевых единоборств, на что указывает отсутствие достоверных различий между показателями в экспериментальной и контрольной группах по сумме занятых мест, а также по показателям рейтинга, из чего следует, что количественные показатели в экспериментальной и контрольной группах по возможностям определения названия изученных приемов и количеству приемов, в которых выделяются основные признаки, примерно равны. Но усложнение условий презентации их, изменение степени проявления в комбинациях и другие нестандартные задания приводят к большим сложностям для идентификации у курсантов контрольной группы, при этом качество знаний в экспериментальной группе, обеспечивающей идентификацию приемов боевых единоборств, вдвое выше, чем в контрольной.

По всем остальным качествам владения теоретическими сведениями (выявление характерных тактических действий, определение и оценка стратегии ведения поединка) по всем показателям (по сумме занятых мест, рейтингу, средней оценке, качеству знаний) результаты, показанные в экспериментальной группе, достоверно лучше. Это обстоятельство позволяет утверждать, что предложенный подход не ухудшает качество теоретической подготовки ни по одному пункту, но при этом обеспечивает преимущественное развитие других.

Высокий уровень формирования навыков маневрирования и пространственно-временной ориентировки позволяет обеспечить достижение безопасного выполнения боевых служебных задач и осознано выбирать направления и цели применения боевых приемов единоборств. Эти способности определялись на основе экспертной оценки качества выполнения двигательных действий, ухода от захватов, выведения из равновесия и маневрирования, а также за счет последующего расчета итоговой средней оценки навыков



маневрирования и определения отличия средней оценки от максимально возможного результата.

Установлено, что и в экспериментальной, и в контрольной группах на начальном этапе совокупность качеств и свойств, определяющих способности к ведению боевой схватки с противником в учебном процессе, развивается равномерно, то есть примененные методики обеспечивают равноценное воздействие на все многообразие компонентов технико-тактической подготовки девушек-курсантов.

Однако на завершающем этапе, когда экспериментальная группа продолжала показывать равномерное развитие всех выявляемых показателей технико-тактической подготовленности, а степень реализации каждого из потенциальных возможностей достигала значений 76-80%, у представителей контрольной группы равноценность воздействия нарушилась. Показатель качества выполнения бросков и приемов достоверно выше качества реализации ухода от захватов, выведения из равновесия и маневрирования.

По результатам исследования было отмечено, что на втором году занятий по традиционной методике у девушек появляется диспропорция в развитии способностей к ведению боевых поединков в сторону улучшенного усвоения техники приемов и недостаточного уровня сформированности тактических вариантов их применения и построения поединка.

Из шести рассмотренных показателей по одному из наиболее важных, а именно по выполнению атакующих и защитных приемов и действий, показатели в экспериментальной и контрольной группах не имеют достоверных различий. По всем же остальным элементам технико-тактической подготовленности девушки-курсанты экспериментальной группы показывают достоверно более высокие результаты, что обеспечивает им реализацию 75,6% от максимально достижимого итогового значения, а это достоверно выше, чем аналогичный показатель у представительниц контрольной группы. Таким образом, предлагаемый подход к формированию арсенала боевых приемов борьбы у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время

является эффективными и, не уступая в развитии каких-либо других способностей, методика позволяет обеспечить поступательное развитие ряда других важных свойств и качеств.

## ВЫВОДЫ

1. Совокупность социальных и профессиональных условий жизнедеятельности в стране обеспечивает увеличение в полиции количества женщин, в том числе и среди офицеров, что в свою очередь актуализирует проблемы их подготовки в образовательных организациях МВД. В таком случае решение вопросов подготовки кадров требует совершенствования методики непрерывной профессионально-прикладной физической подготовки девушек-курсантов и важнейшего компонента, связанного с формированием у них арсенала техники боевых единоборств.

2. Потребность поддержания высокого уровня физической подготовленности и сохранения качества реализации профессионально важных навыков и умений в течение всего периода работы в полиции актуализирует процессы формирования профессионально-прикладной физической подготовленности и профессионально-прикладной физической культуры личности. Вторая часть целевой установки процесса физического воспитания курсантов обеспечивает в будущем понимание и возможности правильной организации процесса физического самовоспитания.

3. Качественное формирование арсенала боевых приемов единоборств является важнейшей задачей дисциплины учебного плана «Физическая подготовка» – обязательного предмета в государственном образовательном стандарте, изучение которого вызывает наибольшие сложности у девушек-курсантов образовательных организаций МВД.

4. При построении методики формирования навыков выполнения технических действий боевых приемов борьбы у курсантов и слушателей образовательных организаций МВД женского пола следует актуализировать процесс подготовки к самостоятельному поддержанию уровня владения навыками во время учебы и в ходе самостоятельной трудовой деятельности (обучение методике и основам формирования техники).

5. Учет гендерных особенностей в процессе профессионально-прикладной физической подготовки и формирования профессионально-прикладной физической культуры личности является принципиальной опорной составляющей, без реализации основных положений которой невозможно достижение целевых установок. Процесс дифференцирования при этом касается всей сущности профессионального развития и роста личности профессионально-прикладной физической подготовки и профессионально-прикладной физической культуры специалиста, исходя из понимания его как субъекта активности:

- на уровне предметно-познавательном – содержание способов и средств применения боевых приемов единоборств;
- на уровне социальной активности, связанной с осознанием условий, направлений и цели применения боевых приемов единоборств, пониманием социальной значимости и меры достаточности при их применении;
- на уровне активности в области физической культуры, связанной с осознанием, принятием и реализацией принципа систематичности занятий и применения средств единоборств.

При этом дифференцирование состава средств и способов использования двигательных действий является наиболее важным элементом, так как детерминирует становление остальных компонентов профессионального развития и развития субъектной активности будущего профессионала.

6. 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 на основе учета гендерных особенностей курсантов.

7. Для обеспечения процесса дифференцированного формирования техники защитного арсенала служебно-прикладного единоборства в эксперименте придерживались следующих подходов:

- обеспечивалось опережающее формирование оперативно-тактического мышления у девушек-курсантов как компенсаторное образование для устранения

недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития;

- выделено предметное содержание (информационные модели) типичных специфических ситуаций для атакующих действий соперника в конфликтном взаимодействии, обеспечивающее точное понимание техники противодействия ей;

- определен 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;

- разработана и реализована методика формирования у девушек-курсантов навыков распознавания образа специфической ситуации для выполнения защитных действий.

8. Основными направлениями формирования арсенала боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время являются: выбор оптимального состава и объема изучаемой техники, обеспечение интегративного взаимодействия содержания обязательных и внеурочных форм обучения, овладение необходимым объемом техники боевых приемов, обеспечение достаточного уровня теоретической подготовленности, формирование опережающего оперативно-тактического мышления.

9. Содержание всех видов урочных форм определяется государственными программами. Демократичность самих форм занятий во внеучебное время обеспечивает возможности изменения содержания и воздействия на занимающихся, в связи с чем:

- состав изучаемых и отрабатываемых технических действий должен быть сопряжен с содержанием государственных стандартов и ведомственных распоряжений, Наставлением и программой физического воспитания при освоении раздела;

- состав изучаемых и отрабатываемых технических действий во внеучебное время должен обеспечивать расширение представлений, умений и

навыков по реализации боевых приемов единоборств, адаптацию их выполнения к индивидуальным особенностям занимающихся, формирование умений комбинировать приемы в условиях конкретного единоборства, вырабатывать стратегию собственного поведения в условиях боевого столкновения с противником.

10. Содержание процесса тренировочных упражнений во внеучебное время должно определяться на основе интеграционного взаимодействия урочной и внеурочной форм подготовки, обеспечивая при этом:

– углубление представлений о боевых приемах борьбы как о средстве пресечения физического сопротивления правонарушителя и самозащиты без применения оружия, развитие ценностно-мотивационной ориентации на необходимость защиты законности и правопорядка правомерными действиями, получаемыми курсантами в процессе теоретического обучения на лекциях;

– формирование и дальнейшее совершенствование физических кондиций и двигательных навыков, формируемых и изучаемых на практических, учебно-тренировочных, контрольных занятиях, а именно:

а) развитие основных физических качеств курсантов;

б) совершенствование и развитие служебно-боевых умений и навыков, правомерных комплексов самозащиты и силовой защиты законности и правопорядка;

в) обеспечение самозащиты и сохранения собственной безопасности и безопасности личности, общества и государства;

г) дальнейшее развитие у курсантов морально-волевых качеств.

11. В содержание процесса обучения единоборствам девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время должны быть включены: состав арсенала боевых единоборств; названия и условия выполнения технических действий; компоненты обучения составу технических действий, способам их выполнения на этапах обучения; способы формирования и тактика применения комбинаций; определение и формирование объема технических действий; обучение способам оценки качества выполнения технических

действий; основные и вспомогательные технические действий (передвижения, стойки, захваты) и другие компоненты методики обучения.

12. В состав изучаемых и отрабатываемых технических действий следует ввести варианты действий, представляющих собой развитие базовых боевых приемов борьбы (приемы и броски), их комбинации, самостраховки, нападения, самозащиты, обезоруживания, освобождения от захватов, болевые и удушающие приемы и захваты и др., что позволяет выделить состав базового арсенала боевых приемов борьбы девушек-курсантов для самостоятельного изучения и изучения во внеурочное время:

- группа элементарных приемов борьбы (приемы страховки и самостраховки, хваты и захваты, стойки и передвижения);
- выведения из равновесия и переводы в партер;
- специфические приемы самозащиты женщин при нападении;
- комбинации из изученных приемов самозащиты;
- удары как компоненты комбинаций и самостоятельные приемы.

13. Изучение структуры и содержания выведения из равновесия и перевода в партер, состава боевых приемов борьбы, характер которых определяется их принадлежностью к женскому полу, должно обеспечить личную безопасность сотрудников при выполнении служебных задач, осознание условий, направлений, качество выполнения и цели применения боевых приемов борьбы, понимание, принятие и реализацию принципа систематичности занятий и применения средств борьбы, формирование опережающего оперативно-тактического мышления и повышение уровня теоретической подготовки для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой, в том числе и с применением средств единоборств.

Это обстоятельство определило необходимость описания и составления рисуночных кинограмм более 50 технических действий, составивших основу реализации в процессе обучения принципа обеспечения наглядного восприятия.

14. Применение соревновательной и квазипрофессиональной форм моделирования профессиональных ситуаций обеспечивает стимулирование и комплексную проверку состояния готовности курсантов и слушателей, оценку степени технической подготовленности для решения профессиональных задач, что позволит качественно оперативно разрабатывать стратегию собственного поведения в условиях боевого столкновения с противником и адаптировать технику выполнения приемов к физическим и психологическим особенностям.

15. В качестве критериев оценки степени эффективности общей подготовки к применению арсенала действий служебно-прикладного единоборства применимы оценка степени и качества овладения объемом техники единоборств, уровень теоретической подготовленности как основы для качественной организации и проведения самостоятельных занятий профессионально-прикладной физической подготовкой и степень сформированности опережающего оперативно-тактического мышления.

16. К методическим особенностям построения занятий боевыми единоборствами девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время относятся: обеспечение реализации новой сущности профессионального развития и роста личности как предметно-познавательного, социально активного субъекта активности; применение многообразия форм физической подготовки (урочные, самостоятельные и внеурочные занятия, учебные состязания, спортивные секции, спортивные праздники, соревнования; индивидуальные, групповые консультации, квазипрофессиональные боевые схватки, соревнования, деловые игры), использование методов и методических приемов и инструментария обучения двигательным действиям и формирование знаний, мотивации, позволяющих осуществлять сознательный и активный выбор действий, обеспечивать понимание общих основ тактики ведения боевого поединка, а также тактики поведения, умения оценить верность ситуационных действий при отборе и выполнении технико-тактических действий при применении приемов боевого единоборства.



17. Арсенал боевых единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД включает базовые приемы борьбы, удары руками и ногами, переводы в партер и выведения из равновесия, комбинации приемов, группу приемов самозащиты с применением женских аксессуаров. В предложенной классификационной решетке приемов перевода в партер в боевых единоборствах предложены названия действия, исходя из совокупности биомеханических особенностей выполняемого движения, созданы кинограммы и описан ряд приемов выведения из равновесия и переводов в партер.

18. Разработаны компонентные составляющие процесса формирования арсенала приемов боевых единоборств у девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время и выработана методика формирования базового арсенала боевых единоборств для девушек-курсантов образовательных организаций МВД во внеучебное время, включающая в качестве компонентного состава целеполагание, направления воздействия, состав применяемых средств и их последовательность, методические особенности обучения основополагающим техническим действиям, инструментарий оценки качества реализации цели, способы и приемы педагогической коррекции. Предлагаемая методика обеспечивает дифференцированное применение на основе учета гендерных особенностей курсантов базового арсенала приемов боевых единоборств, направлена на изучение технических действий, применяемых в боевых условиях, а также на опережающее формирование у занимающихся оперативно-тактического мышления как компенсаторного образования для устранения недостатков физических кондиций, связанных с гендерными особенностями телосложения и физического развития. Эффективность предлагаемой методики доказывается следующими фактами:

– перераспределение времени и увеличение длительности изучения переводов в партер и приемов, связанных с применением женских аксессуаров в качестве средств самозащиты, не привели к ухудшению результатов по сравнению с результатами в контрольной группе;

– достоверно более высокие результаты показаны участниками экспериментальной группы по объему усвоенной техники борьбы, по качеству владения теоретическими сведениями, по итоговой средней оценке навыков маневрирования, по равномерности и степени реализации всех показателей технико-тактической подготовленности (за исключением качества выполнения атакующих и защитных приемов), обеспечена тем самым в экспериментальной группе реализация 75,6% от максимально достижимого итогового значения, что достоверно выше ( $\alpha < 0,05$ ), чем аналогичный показатель у представителей контрольной группы.

## ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. В целях увеличения объема двигательной активности и коррекции технической подготовленности девушек-курсантов следует использовать время, выделяемое на самостоятельную работу для организации процесса изучения боевых приемов борьбы на первом и втором курсах обучения, обеспечивается при этом интеграция содержания образования учебной и внеучебной форм обучения.

2. Уровень физической подготовленности и качество овладения двигательными навыками без подкрепления утрачивается, поэтому важно научить курсантов, особенно девушек-курсантов, основам методики организации физического самовоспитания, методике совершенствования техники приемов, актуализировать процесс подготовки к самостоятельному поддержанию уровня владения навыками во время учебы и в ходе самостоятельной трудовой деятельности.

3. Выведение из равновесия представляет собой техническое действие, выполняемое с целью лишения противника опоры и возможности организовать защиту в момент входа в прием и выхода из нее атакующего. Зачастую выведение из равновесия и перевод противника в партер, демонстрирующие возможности полицейского, могут оказаться достаточным фактом для прекращения активного физического сопротивления правонарушителем. Это обстоятельство, а также зависимость качества выполнения подавляющего большинства базовых приемов от выполненного выведения из равновесия требуют обращения особого внимания в учебном процессе на изучение этого элемента борьбы.

4. При организации процесса обучения боевым приемам единоборств следует подчеркивать различия в целевых установках при применении приема в спортивной деятельности и в условиях единоборства с нарушителем. Зачастую преимуществом в единоборстве с нарушителем может стать длительный промежуток времени между началом конфликта и перехода его в активную фазу.

Ведение переговоров с правонарушителем в спокойном и уверенном тоне является важным приемом и ему следует учесть также, как и техническим приемам единоборств.

5. В образовательный арсенал самозащиты женщин-курсантов следует включить ряд технических действий из разделов борьбы, удары и способы применения подручных средств (ногти, удары каблуком обуви, удары зонтом, использование дамской сумочки и т.д.).

6. Эффективными формами занятий во внеучебное время и приемами обучения являются спортивная секция по боевым приемам борьбы, спортивные соревнования по боевым приемам борьбы, групповые консультации по теории и тактике применения боевых приемов борьбы, самостоятельная подготовка к реализации оперативно-тактического мышления, спортивные состязания и деловые игры по применению арсенала боевых приемов борьбы, использование фрагментов боевых противоборств в естественных условиях, в условиях квазипрофессиональных боевых схваток со старшими курсантами и сокурсниками, оценка специфических ситуаций, возникающих при выполнении технических действий самозащиты и нападения в условиях схваток, то есть форм и методов, не характерных для урочной формы занятий. То есть сопряжение и интеграция урочной и внеурочной форм занятий обеспечивают различные стороны одной целевой установки и являются обязательными к применению.

**СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ**

1. Абдулина, О.А. Личность студента в процессе профессиональной подготовки / О.А. Абдулина // Высшее образование в России. – 1993. – № 3. – С. 165-170.
2. Абдулина, О.А. Мониторинг качества профессиональной подготовки / О.А. Абдулина // Высшее образование в России. – 1998. – № 3. – С. 35-39.
3. Абернети, Й. 55 эффективных захватов реального боя / Й. Абернети. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2007. – 154 с.
4. Алдошин, А.В. Спорт в профессиональной физической подготовке сотрудников ОВД / А.В. Алдошин // Наука и практика: журнал. – Орел: ОрЮОИ МВД России им. В.В. Лукьянова, 2014. – № 3 (60). – С. 126-129.
5. Алексеев, Н.А. Физическая подготовка сотрудника полиции как один из важнейших элементов профессиональной готовности курсантов образовательных организаций МВД России / Н.А. Алексеев, Н.Б. Кутергин // Вестник Белгородского юридического института МВД России. – 2015. – № 2 (26). – С. 45-48.
6. Алимова, К.А. О связи трудового и физического воспитания учащихся профтехобразования / К.А. Алимова // Теория и практика физического воспитания. – 1986. – № 5. – С. 13-14.
7. Алиханов, И.И. Техника и тактика вольной борьбы / И.И. Алиханов. – М.: Физкультура и спорт, 1986. – 304 с.
8. Андреев, В.М. Борьба самбо / В.М. Андреев. – М.: МГС Динамо, 1961. – 170 с.
9. Анохин, П.К. Очерки по физиологии функциональных систем / П.К. Анохин. – М.: Медицина, 1975. – 625 с.
10. Анохин, П.К. опережающее отражение действительности / П.К. Анохин // Философские аспекты теории функциональных систем: избр. тр. – М.: Наука, 1978. – С. 7-26.

11. Асмолов, В.Г. Деятельность и установка / В.Г. Асмолов. – М.: МГУ, 1979. – 217 с.
12. Астафьев, В.С. Формирование потребности в самостоятельных занятиях физическими упражнениями в структуре физической культуры личности / В.С. Астафьев, В.В. Борисов // Теория и практика физической культуры. – 2008. – № 8. – С. 11-15.
13. Ахматгатин, А.А. Теоретические аспекты профессионально-прикладной физической культуры курсанта образовательного учреждения МВД России / А.А. Ахматгатин // Труды Нижегородского государственного технического университета им. Р.Е. Алексеева. – 2010. – № 1 (80). – С. 282-290.
14. Ахматгатин, А.А. Динамика значений показателей функционального состояния и физической подготовленности курсантов (слушателей) образовательного учреждения МВД России / А.А. Ахматгатин // Совершенствование боевой и физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений силовых ведомств: материалы междунар. науч.-практ. конф. – Иркутск: ФГКОУ ВПО ВСИ МВД России, 2013. – Т. 1. – С. 25-33.
15. Ахтаов, Р.А. Формирование общей и профессиональной физической культуры в системе профессионально-технического обучения: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ахтаов Руслан Ахмедович. – Майкоп, 1994. – 26 с.
16. Ашкинази, С.М. Педагогические условия интенсификации обучения военнослужащих рукопашному бою в процессе физической подготовки: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ашкинази Сергей Максимович. – Л.: ВДКИФК, 1989. – 24 с.
17. Ашкинази, С.М. Вопросы теории и практики рукопашного боя в вооружённых силах Российской Федерации: монография / С.М. Ашкинази; под ред. проф. В.Л. Марищука. – СПб., 2001. – 240 с.
18. Ашмарин, Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании: пособие для студентов, аспирантов, преподавателей институтов физической культуры / Б.А. Ашмарин. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 223 с.

19. Байденко, В.И. Стандарты в непрерывном образовании: современное состояние / В.И. Байденко. – М., 1998. – 250 с.
20. Бальсевич, В.К. Интеллектуальный вектор физической культуры человека (к проблеме развития физкультурного знания) / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 7. – С. 37-41.
21. Бальсевич, В.К. Конверсия основных положений теории спортивной подготовки в процессе физического воспитания / В.К. Бальсевич, Г.Г. Наталов, Ю.К. Чернышенко // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 15-25.
22. Бальсевич, В.К. Научное обоснование инновационных преобразований в сфере физической культуры и спорта / В.К. Бальсевич // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 1. – С. 10-16.
23. Бальсевич, В.К. Спортивно-ориентированное физическое воспитание: образовательный и социальный аспекты / В.К. Бальсевич, Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2003. – № 5. – С. 19-23.
24. Баркалов, С.Н. Специальная направленность физической подготовки сотрудников органов внутренних дел: монография / С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов, А.В. Кателкин; под общ. ред. С.Н. Баркалова. – Орел: ОрЮИ МВД России, 2010. – 214 с.
25. Баркалов, С.Н. Физическая подготовка курсантов образовательных организаций МВД России: состояние, проблемы и пути совершенствования / С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов // Общество и право: междунар. науч.-практ. журнал. – Краснодар: Изд-во ФГКОУ ВПО «Краснодарский университет МВД России». – 2014. – № 4 (50). – С. 299-304.
26. Бахов, Д.Е. Формирование профессионально-прикладной физической культуры личности будущих мастеров общестроительных работ: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Бахов Довлетук Ереджибович. – Майкоп, 2009. – 26 с.
27. Бгуашев, А.Б. Общетеоретические и методические основы физического воспитания студентов: схемы и комментарии: учеб. пособие / А.Б. Бгуашев. – Майкоп, 2006. – 179 с.

28. Бегидова, С.Н. Статистические методы обработки результатов измерений: практикум по спортивной метрологии для студентов, обучающихся по специальности «Физическая культура» / С.Н. Бегидова, В.С. Бегидов. – Майкоп: Изд-во АГУ, 2010. – 132 с.

29. Белинович, В.В. Производственная гимнастика / В.В. Белинович, В.Н. Мазниченко. – М.: Физическая культура и спорт, 1961. – 238 с.

30. Белинович, В.В. Принципы составления комплексов производственной гимнастики / В.В. Белинович // Материалы к итоговой научной сессии института за 1961 год: сб. статей ЦНИИФК. – М., 1962. – С. 181-183.

31. Белинович, В.В. Вопросы организации физического воспитания учащихся профтехучилища с учетом профессиональной подготовки / В.В. Белинович. – М.: Высш. шк., 1967. – 46 с.

32. Бернштейн, Н.А. Очерки по физиологии движений и физиологии активности / Н.А. Бернштейн. – М.: Медицина, 1966. – 420 с.

33. Бишаева, А.А. Модель занятий по профессионально-прикладной физической подготовке студентов-геологов / А.А. Бишаева, Г.А. Горяцкая // Теория и практика физической культуры. – 1991. – № 11. – С. 30-33.

34. Близнюк, А.А. Классификация технических действий в боксе и содержание программного образовательного компонента для этапа начальной подготовки боксеров / А.А. Близнюк. – Краснодар, 2011. – С. 68-71.

35. Боген, М.М. Обучение двигательным действиям / М.М. Боген. – М.: Физкультура и спорт, 1985. – 192 с.

36. Бодалев, А.А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения / А.А. Бодалев. – М.: Флинта: Наука, 1998. – 168 с.

37. Бокий, А.Н. Специфика организации учебно-воспитательного процесса по физической подготовке в вузах МВД России / А.Н. Бокий // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4. – С. 9-14.



38. Болотин, А.Э. Методические основания совершенствования профессионального развития курсантов вузов ВВ МВД России в современной образовательной среде / А.Э. Болотин // Физическая культура и спорт в профессиональном образовании: межвуз. сб. науч.-метод. работ. – СПб.: ПАНИ, 2014. – С. 9-19.

39. Болотин, А.Э. Образовательная среда и факторы, снижающие эффективность профессионального развития курсантов в вузах ВВ МВД России / А.Э. Болотин, А.Н. Сивак // Физическая культура и спорт в профессиональном образовании: межвуз. сб. науч.-метод. работ. – СПб.: ПАНИ, 2014. – С. 19-27.

40. Борщёв, И.Л. Рукопашный бой / И.Л. Борщёв, А.П. Алилуев, А.А. Кадочников. – М.: МО, 1990. – 45 с.

41. Браженская, Н.Е. Соотношение ориентаций на семью и карьеру у курсантов-девушек в вузе МВД России / Н.Е. Браженская // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2011. – № 6. – С. 106-108.

42. Буздов, А.Ю. Технология формирования физической культуры личности курсантов военного вуза / А.Ю. Буздов. – М.: Изд. дом ГОУ ВПО «ГУУ», 2008. – С. 24-26.

43. Бурцев, Г.А. Основы рукопашного боя / Г.А. Бурцев, С.Г. Малашенков, В.В. Смирнов. – М.: Воениздат, 1992. – 206 с.

44. Бучнев, А.А. Повышение спортивного мастерства высококвалифицированных дзюдоистов на основе формирования навыков маневрирования и пространственно-временной ориентировки: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Бучнев Алексей Александрович. – Набережные Челны, 2013. – 26 с.

45. Валиев, А.Н. Особенности физической подготовки курсантов вузов МВД России / А.Н. Валиев, А.Н. Молоствов. – Краснодар: ФГКОУ ВПО «Краснодарский университет МВД России». – 2014. – № 5 (51). – С. 293-301.

46. Валиев, А.Н. Сущностная характеристика боевых приемов борьбы как средства формирования профессионально-специализированных компетенций у курсантов вузов МВД [Электронный ресурс] / А.Н. Валиев // Современные

проблемы науки и образования. – 2014. – № 6. – Режим доступа: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=5758> (дата обращения: 15.02.2020).

47. Валиев, А.Н. Формы, методы и средства обучения боевым приемам борьбы в процессе физической подготовки курсантов вузов МВД России / А.Н. Валиев, Ш.Р. Ахметов // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 1. – С. 26-29.

48. Визитей, Н.Н. Физическая культура личности (проблемы человеческой телесности: методологические, социально-философские, педагогические аспекты) / Н.Н. Визитей; отв. ред. В.И. Столяров. – Кишинев, 1989. – 362 с.

49. Виленский, М.Я. Студент как субъект физической культуры / М.Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. – 1999. – № 10. – С. 2-5.

50. Виленский, М.Я. Формирование физической культуры личности / М.Я. Виленский. – М., 2000. – 213 с.

51. Виноградов, М.И. Текущие задачи физиологии труда и некоторые результаты их решения / М.И. Виноградов // Тезисы докладов VIII Всесоюзном съезде физиологов. – М., 1955. – С. 34-36.

52. Виноградов, М.И. Физиология трудовых процессов / М.И. Виноградов. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1958. – 462 с.

53. Витютнев, Е.Е. Ситуационно-ориентированная физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России – будущих сотрудников специальных подразделений / Е.Е. Витютнев // Вестник Краснодарского университета МВД России. – 2016. – Вып. 1 (31). – С. 168-172.

54. Волков, В.П. Самозащита без оружия / В.П. Волков. – М.: НКВД СССР, 1940. – 540 с.

55. Волосков, Д.А. Общие вопросы физического воспитания женского контингента в военных вузах / Д.А. Волосков // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 3. – 31-35.

56. Воротник, А.Н. Моделирование как один из факторов повышения уровня специальной физической подготовленности курсантов-женщин вузов МВД России / А.Н. Воротник, А.И. Ткаченко // Вестник ТГПУ = TSPU Bulletin. – 2015. – № 3. – С. 26-32.

57. Гадалов, А.В. Формирование у курсантов вузов МВД России готовности к деятельности по задержанию правонарушителей средствами служебно-прикладной физической подготовки / А.В. Гадалов // Проблемы совершенствования правоохранительных органов внутренних дел. – М.: МЮИ, 1998. – № 7. – С. 27-29.

58. Гадалов, А.В. Формирование готовности курсантов вузов МВД России к единоборству с правонарушителями: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Гадалов Андрей Вячеславович. – М.: МА МВД России, 2000. – 25 с.

59. Галковский, Н.М. Борьба (классическая и вольная) / Н.М. Галковский, А.З. Катулин, Н.Г. Чионов. – М.: Физкультура и спорт, 1952. – 446 с.

60. Галковский, Н.М. Спортивная борьба / Н.М. Галковский, А.З. Катулиный, Н.Г. Чионов. – М.: Физкультура и спорт, 1968. – 84 с.

61. Ганченко, И.О. Методика педагогического контроля уровня общей и специальной физической подготовленности курсантов вузов МВД России – сотрудников специальных подразделений / И.О. Ганченко, Р.С. Ахметов // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2012. – № 3. – С. 26-31.

62. Гералис, А.И. Социологическое исследование среди инженеров в связи с проблемой ППФП будущих специалистов / А.И. Гералис // Теория и методика физической культуры. – 1979. – № 5. – С. 39-40.

63. Герасимов, И.В. Физическая подготовка и спорт как важнейшие элементы профессиональной готовности курсантов образовательных организаций системы МВД России [Электронный ресурс] / И.В. Герасимов, А.В. Алдошин // Современные проблемы науки и образования: электрон. науч. журнал. – 2014. – № 6. – Режим доступа: <http://www.science-education.ru/120-15266> (дата обращения: 14.03. 2022).

64. Гил, К. Искусство таэквондо. Ступень - 2 / К. Гил, К.Ч. Хван. – М.: Сов. спорт, 1993. – 176 с.

65. Горбатенко, А.В. Развитие психологической устойчивости у курсантов образовательных организаций МВД России в процессе физической подготовки / А.В. Горбатенко, А.В. Апальков, С.И. Ананьев // Высшая школа. – 2015. – № 6. – С. 43-45.

66. Горелов, А.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка военнослужащих к действию в условиях ограниченной видимости и ночью / А.А. Горелов, А.И. Крылов, В.В. Соколов // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2007. – № 7 (29). – С. 28-32.

67. Горелов, А.А. О роли двигательной активности студентов гуманитарных вузов и способах ее повышения / А.А. Горелов [и др.] // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. – 2009. – № 1 (47). – С. 28-33.

68. Градополов, К.В. Бокс / К.В. Градополов. – М.: Физкультура и спорт, 1965. – 338 с.

69. Грененко, М. Труд, здоровье, физическая культура / М. Грененко, Г. Сакоян. – М.: Физкультура и спорт, 1974. – 288 с.

70. Гуралев, В.М. Обеспечение практической направленности обучения на занятиях по физической подготовке в вузах МВД РФ / В.М. Гуралев, А.В. Гуралев, А.Ю. Осипов // Проблемы современного педагогического образования. Сер.: Педагогика и психология. – 2016. – № 52-3. – С. 34-41.

71. Гусев, А.А. Интегрированный подход к служебно-прикладной физической подготовке слушателей образовательных организаций МВД России / А.А. Гусев // Концепт: науч.-метод. электрон. журнал. – 2014. – Спецвыпуск № 20. – С. 26-30.

72. Гусева, М.В. Физическая подготовка курсантов-женщин в образовательных организациях МВД России / М.В. Гусева // Преступность в СНГ: проблемы предупреждения и раскрытия преступлений: сб. материалов Междунар. науч.-практ. конф.: в 2 ч. – Воронеж: Воронежский ин-т МВД Российской Федерации, 2017. – С. 211-212.

73. Дворкин, В.М. Физическая подготовка сотрудников правоохранительных органов к выполнению оперативно-служебных задач / В.М. Дворкин // Аллея науки. – 2018. – Т. 4, № 3 (19). – С. 704-707.

74. Дворкин, Л.С. Физическое воспитание студентов / Л.С. Дворкин, К.Д. Чермит, О.Ю. Давыдов; под общ. ред. Л.С. Дворкина. – Ростов н/Д; Краснодар: Феникс: Неоглори, 2008. – 700 с.

75. Деркач, А.А. Акмеология: пути достижения вершин профессионализма / А.А. Деркач, Н.В. Кузьмина. – М.: РАГС, 1993. – 274 с.

76. Деркач, А.А. Акмеологические основы становления психологической и профессиональной зрелости личности / А.А. Деркач, Л.Э. Орбан. – М.: РАГС, 1995. – С. 5-6.

77. Дзюдо (система и борьба): учебник / под общ. ред. Ю.А. Шулики, Я.К. Коблева. – Ростов н/Д: Феникс, 2006. – 800 с.

78. Дзю-до / сокр. пер. с яп. В.И. Силина. – М.: Физкультура и спорт, 1980. – 115 с.

79. Доклад о развитии человеческого потенциала в Российской Федерации за 1999 год / под общ. ред. проф. Ю.Е. Федорова. – М.: Права человека, 1999. – 176 с.

80. Долгих, И.П. О проблемах и перспективах профессионального обучения сотрудников органов внутренних дел в Российской Федерации / И.П. Долгих // Полицейская и следственная деятельность. – 2015. – № 2. – С. 60-71.

81. Дутов, В.С. Подбор спарринг-партнеров при подготовке юных дзюдоистов: методические рекомендации / В.С. Дутов, М.Н. Рубанов, С.С. Учадзе. – М.: ВДФСО Профсоюзов, 1986. – 16 с.

82. Еремин, Р.В. Физическая подготовка как фактор, определяющий качество профессиональной деятельности и развития личности / Р.В. Еремин // Наука и практика. – Орел: ОрЮИ МВД России им. В.В. Лукьянова, 2014. – № 2 (59). – С. 167-170.

83. Железняк, Ю.Д. Педагогические принципы формирования программ по физической культуре для учащейся молодежи / Ю.Д. Железняк // Теория и практика физической культуры. – 1989. – № 8. – С. 24-26.

84. Жолдак, В.И. Социально-педагогические основы производственной физической культуры: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Жолдак Владимир Иванович. – М., 1971. – 50 с.

85. Загвязинский, В.И. Методология и методы психолого-педагогического исследования: учеб. пособие для студентов высших учебных заведений / В.И. Загвязинский, Р. Атаханов. – 2-е изд. – М.: Академия, 2005. – 208 с.

86. Загорский, В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка: учеб. для ин-тов физической культуры / В.И. Загорский. – М.: Физкультура и спорт, 1976. – С. 234-236.

87. Загорский, В.И. О содержании основных понятий теории и методики профессионально-прикладной физической подготовки / В.И. Загорский // Теория и практика физической культуры. – 1981. – № 9. – С. 44-46.

88. Зациорский, В.М. Вопросы теории и практики педагогического контроля в современном спорте / В.М. Зациорский, В.А. Запарожанов, И.А. Тер-Ованесян // Теория и практика физической культуры. – 1971. – № 4. – С. 59.

89. Зациорский, В.М. Спортивная метрология. Педагогический контроль в тренировочном процессе (основы теории тестов и оценок): учеб. пособие для студентов ин-тов физ. культуры / В.М. Зациорский. – М.: ГЦОЛИФК, 1978. – 49 с.

90. Зиннуров, Ф.К. Основные направления совершенствования подготовки кадров в Казанском юридическом институте МВД России в условиях реформирования органов внутренних дел / Ф.К. Зиннуров // Вестник Казанского юридического института МВД России. – 2012. – № 2 (8). – С. 16-19.

91. Извеков, В.В. Повышение эффективности технической подготовки высококвалифицированных дзюдоисток с учетом требований соревновательной деятельности: автореф. дис. ... канд. пед наук: 13.00.04 / Извеков Владимир Васильевич. – М.: ЦНИИ Спорта, 1992. – 24 с.

92. Извеков, В.В. Система управления подготовкой женщин в спортивной борьбе: на примере дзюдо: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Извеков Владимир Васильевич. – М., 2001. – 48 с.

93. Ильинич, В.И. Методология определения программного содержания профессионально-прикладной физической подготовки студентов / В.И. Ильинич // Теория и практика физической культуры. – 1976. – № 5. – С. 26-28.

94. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка: учебник / В.И. Ильинич. – М.: Высш. шк., 1983. – С. 318-342.

95. Ильинич В.И. О некоторых проблемных вопросах профессионально-прикладной физической подготовки вопросы теории / В.И. Ильинич // Теория и практика физической культуры. – 1990. – № 3. – С. 13-15.

96. Калиниченко, И.А. Краснодарский университет МВД России / И.А. Калиниченко // Союз криминалистов и криминологов. – 2013. – № 2. – С. 13-14.

97. Кандауров, А.М. Организация профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов морского флота / А.М. Кандауров, Е.А. Полуниин // Теория и практика физической культуры. – 1984. – № 5. – С. 45-47.

98. Карачев, Б.Г. Боевые приемы борьбы как наиболее важный раздел специальной физической подготовки будущих сотрудников ФСИН России / Б.Г. Карачев, М.Ю. Нохрин // Физическая культура и спорт в структуре профессионального образования: ретроспектива, реальность и будущее: материалы межведомственного круглого стола (23 ноября 2017 г.) / отв. ред. С.М. Струганов. – Иркутск: ФГКОУ ВО ВСИ МВД России, 2017. – С. 55-59.

99. Киреев, И.О. Комплексный дифференцированный контроль подготовленности военнослужащих по рукопашному бою: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Киреев Игорь Олегович. – СПб., 1995. – 26 с.

100. Климов, Е.А. Психология профессионала / Е.А. Климов. – М.; Воронеж: Изд-во «Институт практической психологии»: НПО «МОДЭК», 1996. – 400 с.

101. Колюхов, В.Г. Построение процесса обучения боевым приемам борьбы: методические рекомендации / В.Г. Колюхов, В.И. Лисицин, В.Ф. Улыбышева. – М.: Метод. центр при ГУК МВД России, 1998. – 16 с.

102. Колюхов, В.Г. Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел: учебное пособие / В.Г. Колюхов. – М.: ЦОКР МВД России, 2006. – 136 с.

103. Коптев, О.В. Скоростно-силовая подготовка дзюдоисток высших разрядов: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Коптев Олег Владимирович. – М., 1991. – 21 с.

104. Коровин, С.С. Функции профессиональной физической культуры / С.С. Коровин // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 2. – С. 27-31.

105. Косилов, С.А. Очерки физиологии труда / С.А. Косилов. – М.: Медицина, 1965. – 354 с.

106. Косилов, С.А. Физиологические основы НОТ / С.А. Косилов. – М.: Экономика, 1969. – 368 с.

107. Косяченко, В.И. Методика применения сбивавших факторов в профессионально-прикладной физической подготовке курсантов учебных заведений МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Косяченко Владимир Иванович. – Волгоград, 2000. – 24 с.

108. Краевский, В.В. Методологическая рефлексия / В.В. Краевский // Советская педагогика. – 1989. – № 2. – С. 42-43.

109. Краевский, В.В. Качество педагогики и методологическая культура педагога / В.В. Краевский // Магистр. – 1991. – № 1. – С. 36-38.

110. Кузин, Ф.А. Диссертация: методика написания, правила оформления, порядок защиты: практ. пособие для докторантов, аспирантов и магистрантов / Ф.А. Кузин. – М., 2000. – 320 с.

111. Кузнецов, А.С. Организационно-методические основы многолетней технико-тактической подготовки борцов греко-римского стиля: дис. ... д-ра пед.



наук: 13.00.04 / Кузнецов Александр Семенович. – Краснодар: КГАФК, 2002. – 471 с.

112. Кузнецов, Д.А. Совершенствование самостоятельной физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России / Д.А. Кузнецов, К.Ю. Хаченкова // Актуальные проблемы учебно-воспитательного процесса по дисциплине «Физическая подготовка (культура)» в высшей образовательной организации: сб. трудов Всерос. науч.-практ. конф. / под ред. А.Н. Волкова, С.В. Кузнецова. – Киров: Межрегиональный центр инновационных технологий в образовании, 2019. – С. 84-87.

113. 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.

114. Кулиничев, А.Н. Совершенствование профессионально-прикладной физической подготовки курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России / А.Н. Кулиничев, А.Н. Воротник, А.Н. Кандабар // Проблемы правоохранительной деятельности. – 2015. – № 3. – С. 19-22.

115. Купцов, А.П. Спортивная борьба / А.П. Купцов. – М.: Физкультура и спорт, 1978. – 320 с.

116. Курамшин, Ю.Ф. Общая характеристика физических способностей. Теория и методика физического воспитания (курс лекций): учеб. пособие / под ред. Ю.Ф. Курамшина, В.И. Попова. – СПб.: СПбГАФК им. П.Ф. Лесгафта, 1999. – 394 с.

117. Курушин, В.И. Аксиология модернизации профессиональной подготовки кадров в системе министерства внутренних дел Российской Федерации / В.И. Курушин // Вестник СамГУ. – 2004. – № 4 (33). – С. 152.

118. Леонтьев, А.Н. Деятельность, мышление, сознание / А.Н. Леонтьев. – М.: Наука, 1977. – 304 с.

119. Леонтьев, А.Н. Избранные психологические сочинения: в 2 т. / А.Н. Леонтьев. – М., 1983. – Т. 1. – 392 с.

120. Лотоненко, А.В. Педагогическая система формирования у студенческой молодежи потребностей в физической культуре: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Лотоненко Андрей Васильевич. – Воронеж, 1998. – 24 с.

121. Лубышева, Л.И. Теоретико-методологические и организационные основы формирования физической культуры студентов: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Лубышева Людмила Ивановна. – М., 1992. – 50 с.

122. Лубышева, Л.И. Современный ценностный потенциал физической культуры и спорта и пути его освоения обществом и личностью / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 1997. – № 6. – С. 10-15.

123. Лубышева, Л.И. Женщина и спорт: социальный аспект / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2000. – № 6. – С. 13-15.

124. Лубышева, Л.И. Физическая и спортивная культура: содержание, взаимосвязи и диссоциации / Л.И. Лубышева // Теория и практика физической культуры. – 2002. – № 3. – С. 11-14.

125. Лубышева, Л.И. Концепция физкультурного воспитания: методология развития и технология реализации / Л.И. Лубышева // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2006. – № 1. – С. 5-11.

126. Макаров, В.М. Физическая подготовка – неотъемлемое средство повышения мастерства работника МВД России / В.М. Макаров, И.П. Долгих // Актуальные проблемы педагогики и психологии: сб. статей Междунар. науч.-практ. конф. (19 февраля 2014 г.) / отв. ред. А.А. Сукиасян. – Уфа: РИЦ БашГУ, 2014. – 343 с.

127. Макаров, В.М. Самозащита и боевые приемы борьбы в деятельности сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации / В.М. Макаров, А.А. Журавлев // Полицейская и следственная деятельность. – 2015. – № 3. – С. 45-213.

128. Макеева, В.С. Научно-методические аспекты физической подготовки курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России / В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, В.И. Степанюк. – Орел, 2006. – 164 с.

129. Макеева, В.С. Координационные упражнения повышенной сложности в физической подготовке курсанток юридического вуза / В.С. Макеева, С.Н. Баркалов, И.В. Герасимов // Гуманитарные и социальные науки. – 2016. – № 3. – С. 152-158.

130. Манолаки, В.Г. Оптимизация воздействия силовых и скоростно-силовых нагрузок в процессе многолетней тренировки дзюдоисток: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Манолаки Вячеслав Георгиевич. – СПб., 1993. – 48 с.

131. Мартынов, А.П. Самостоятельная физическая подготовка курсантов и слушателей вузов МВД России [Электронный ресурс] / А.П. Мартынов // Концепт: науч.-метод. электрон. журнал. – 2017. – Т. 36. – С. 57-60. – Режим доступа: <http://e-koncept.ru/2017/771215.htm> (дата обращения: 14.03.2022).

132. Матвеев, Л.П. Введение в теорию физической культуры: учеб. пособие для ин-тов физ. культуры / Л.П. Матвеев. – М.: Физкультура и спорт, 1987. – 304 с.

133. 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. – М.: Физкультура и спорт, 1991. – 543 с.

134. Матвеев, Л.П. Прикладность физической культуры: понятийные основы и их конкретизация в современных условиях / Л.П. Матвеев, В.П. Полянский // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 7. – С. 42-47.

135. Матузов, Л.Е. Формирование положительного отношения к самостоятельным занятиям физическими упражнениями: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Матузов Леонид Евгеньевич. – Тюмень, 2003. – 26 с.

136. Мещеряков, В.С. Использование специального высокоинтенсивного тренинга в процессе физической подготовки сотрудников правоохранительных органов / В.С. Мещеряков // Дискурс: науч. журнал. – 2017. – № 12 (14). – С. 72-80.

137. Миленин, В.М. Первоначальная подготовка по боевым приемам борьбы: учеб.-метод. пособие / В.М. Миленин, О.Ю. Уфимцев, Ю.Л. Драло. – М.: Министерство внутренних дел Российской Федерации, Главное управление кадров, 2002. – 429 с.

138. Минин, Е.Ф. Обоснование направленности и средств профессионально-прикладной физической подготовки судовых механиков / Е.Ф. Минин // Теория и практика физической культуры. – 1988. – № 2. – С. 15-16.

139. Моськин, С.А. Некоторые аспекты воспитания силы на занятиях по физической подготовке женщин сотрудников ОВД / С.А. Моськин // Наука и практика. – 2014. – № 2 (59). – С. 177-180.

140. Муслимов, Р.А. Организация самостоятельной физической подготовки слушателей образовательных организаций МВД России / Р.А. Муслимов // Концепт. – 2014. – № 5. – С. 86-88.

141. Муханов, Ю.В. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов ОВД / Ю.В. Муханов, В.А. Золотенко // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2011. – № 50. – С. 119-122.

142. Насадюк, Е.В. Особенности организации физической подготовки женщин следователей ОВД России / Е.В. Насадюк // Проблемы современного педагогического образования. – 2018. – № 58/4. – С. 176-179.

143. Наскалов, В.М. Научные основы составления программ профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов / В.М. Наскалов // Теория и практика физической культуры. – 1981. – № 6. – С. 25-27.

144. Начинская, С.В. Спортивная метрология: учеб. пособие для студентов высш. учеб. заведений / С.В. Начинская. – М.: Академия, 2005. – 240 с.

145. Неверкович, С.Д. Метапредмет «Развивающая педагогика спорта» / С.Д. Неверкович // Теория и практика физической культуры. – 2004. – № 9. – С. 4-6.

146. Николаенко, Е.А. Особенности служебно-правового положения курсантов образовательных организаций МВД России [Электронный ресурс] /

Е.А. Николаенко, С.Н. Махина // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 2-3. – Режим доступа: <http://science-education.ru/ru/article/view?id=23795> (дата обращения: 05.05.2020).

147. Новиков, А.М. Профессиональное образование в России. Перспективы развития / А.М. Новиков. – М.: ИЦН ННО РАО, 1997. – 254 с.

148. Ноздрачев, В.В. Методика совершенствования боевой подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Ноздрачев Виктор Вячеславович. – М., 2000. – 24 с.

149. Носуля, В.Н. Теория обучения самозащите без оружия в учебных заведениях МВД Российской Федерации: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Носуля Василий Николаевич. – Краснодар, 1998. – 24 с.

150. Овчинников, В.А. Боевые приемы борьбы: учеб. пособие / В.А. Овчинников. – Волгоград: Учитель, 2001. – 75 с.

151. Овчинников, В.А. Воспитание физических качеств сотрудников ОВД: учеб. пособие / В.А. Овчинников. – Волгоград: ВА МВД России, 2001. – 76 с.

152. Овчинников, В.А. Физическая подготовка курсантов и слушателей образовательных учреждений МВД России: учеб.-метод. пособие / В.А. Овчинников. – Волгоград: ВА МВД России, 2006. – 230 с.

153. Овчинников, В.А. Анализ соревновательной деятельности по рукопашному бою сотрудников МВД России / В.А. Овчинников // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2007. – № 10. – С. 62-65.

154. Овчинников, В.А. Задачи высшего профессионального образования в системе Министерства внутренних дел России / В.А. Овчинников // Высшее образование сегодня. – 2008. – № 12. – С. 88-90.

155. Овчинников, В.А. Дисциплина «Физическая подготовка» в высших образовательных учреждениях МВД России / В.А. Овчинников // Культурная жизнь Юга России. – 2009. – № 3. – С. 41-44.

156. Овчинников, В.А. Инновационные подходы к изменению учебных программ по физической подготовке в образовательных учреждениях МВД

России / В.А. Овчинников // Вестник педагогических инноваций. – 2009. – № 4 (20). – С. 135-146.

157. Овчинников, В.А. Критерии эффективности боевых приемов борьбы у сотрудников органов внутренних дел / В.А. Овчинников // Вестник спортивной науки. – 2009. – № 2. – С. 61-64.

158. Овчинников, В.А. Объективные критерии определения эффективности выполнения бросков в служебной деятельности сотрудников ОВД / В.А. Овчинников // Вестник Московского Университета МВД России. – 2009. – № 6. – С. 34-37.

159. Овчинников, В.А. Особенности структурного построения занятий по физической подготовке в вузах МВД России / В.А. Овчинников // Вестник Тамбовского университета. Сер.: Гуманитарные науки. – Тамбов, 2009. – Вып. 11 (79). – С. 268-273.

160. Овчинников, В.А. Объективная методика оценивания боевых приемов борьбы / В.А. Овчинников // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2010. – № 7. – С. 56-61.

161. Овчинников, В.А. Инновационные технологии в образовательном процессе вузов МВД России / В.А. Овчинников, А.А. Белецкий // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2010. – № 4. – С. 107-109.

162. Овчинников, В.А. Профессионально важные физические качества в служебной деятельности сотрудников ОВД / В.А. Овчинников, Р.А. Исаев // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2010. – № 4. – С. 138-142.

163. Овчинников, В.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка в высших образовательных учреждениях МВД России / В.А. Овчинников // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2010. – № 3. – С. 163-165.

164. 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 междунар. науч.-практ. конф. – Иркутск: ФГОУ ВПО ВСИ МВД России, 2010. – Т. 1. – С. 200-203.

165. Овчинников, В.А. Управление профессионально-прикладной физической подготовкой курсантов и слушателей высших образовательных учреждений МВД России: монография / В.А. Овчинников. – Волгоград: ВА МВД России, 2010. – 304 с.

166. Овчинников, В.А. Теоретические аспекты физической подготовки в вузах МВД России / В.А. Овчинников, Ю.А. Шапошников, Р.А. Исаев // Развитие физической культуры и спорта: социокультурный, психолого-педагогический и медицинский аспекты: материалы Всерос. науч.-практ. конф. с междунар. участием (25 декабря 2011 года, г. Самара). – Самара: ЦДК «F1»: Инсома-Пресс, 2011. – С. 267-270.

167. Овчинников, В.А. Закономерности построения поединка в рукопашном бое / В.А. Овчинников, Р.А. Исаев, Ю.А. Шапошников // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2011. – № 4. – С. 135-139.

168. Овчинников, В.А. Педагогическая система физической подготовки в вузах МВД России: инновационный подход / В.А. Овчинников // Вестник Волгоградской академии МВД России. – 2011. – № 2. – С. 130-135.

169. Овчинников, В.А. Модернизация системы физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России / В.А. Овчинников, Ю.А. Шапошников // Динамика научных исследований – 2012: материалы VIII междунар. науч.-практ. конференции. Т. 10: Педагогические науки. – Перемышль: Наука и исследования, 2012. – С. 12-14.

170. Овчинников, В.А. Система формирования профессионально-прикладной физической культуры курсантов и слушателей вузов МВД России: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Овчинников Владимир Александрович. – Волгоград: ВА МВД России, 2012. – 55 с.

171. Осипов, А.Ю. Совершенствование методической базы обучения боевым приемам борьбы сотрудников МВД России / А.Ю. Осипов, В.М. Гуралев,

А.А. Евтушенко // Проблемы современного педагогического образования. Сер.: Педагогика и психология. – 2017. – № 54-7. – С. 76-83.

172. Осипов, Д.В. Особенности адаптации к процессу физической подготовки женщин-курсантов, обучающихся в вузах МВД России / Д.В. Осипов, В.С. Макеева, А.В. Алдошин // Известия Тульского государственного университета физической культуры и спорта. – 2019. – № 6. – С. 41-43.

173. Ояма Масутатсу. Это каратэ / Масутатсу Ояма. – М.: Гранд, 2000. – 320 с.

174. Павлов, И.П. Физиологический механизм так называемого произвольного движения / И.П. Павлов // Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. – М., 1951. – С. 400-446.

175. Парамонов, А.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка сотрудников специальных подразделений органов внутренних дел: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Парамонов Андрей Валерьевич. – Тамбов, 2006. – 24 с.

176. Пачев, А.В. Управление физической подготовкой слушателей учебных заведений МВД РФ на основе применения компьютерных технологий: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Пачев Андрей Васильевич. – Майкоп, 1999. – 22 с.

177. Педагогический энциклопедический словарь / гл. ред. Б.М. Бим-Бад. – М.: Большая Рос. энциклопедия, 2003. – 528 с.

178. Плешивцев, А.Ю. Методика обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей образовательных организаций МВД России на основе типологии противодействия правонарушителей сотрудникам полиции: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Плешивцев Алексей Юрьевич. – М., 2015. – 26 с.

179. Подлипняк, Ю.Ф. Физическая подготовка в вузах МВД СССР: монография / Ю.Ф. Подлипняк. – Тбилиси, 1985. – 160 с.



180. Подлипняк, Ю.Ф. Педагогические основы системы общей и специальной физической подготовки слушателей вузов МВД СССР: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Подлипняк Юрий Филиппович. – М., 1986. – 32 с.

181. Подлипняк, Ю.Ф. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузах МВД России / Ю.Ф. Подлипняк, В.В. Яншин // Ученые, научные школы и идеи: юбилейный сб. науч. трудов. – М.: МЮИ МВД России, 1995. – С. 188-191.

182. Подлипняк, Ю.Ф. Система повышения квалификации как детерминанта профессионального и физического саморазвития руководителей органов внутренних дел / Ю.Ф. Подлипняк, В.Я. Кикотя, А.А. Обвинцев // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – 2016. – № 1 (131). – С. 190-195.

183. Полиевский, С.А. Физкультура и профессия / С.А. Полиевский, И.Д. Старцева. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 160 с.

184. Попов, А.Г. Профессионально-прикладная физическая подготовка курсантов высших военных учебных заведений на основе моделирования условий боевой деятельности: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Попов Александр Григорьевич. – Волгоград, 2009. – 28 с.

185. Постановление Правительства Российской Федерации от 11 июня 2014 г. № 540 г. «Об утверждении Положения о Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне» (ГТО)» // Российская газета. – 2014. – 18 июня.

186. Приказ МВД России от 10 июля 1991 г. № 110 «Об организации профессиональной подготовки личного состава органов внутренних дел» : (ред. от 26.07.99 N 548) // СПС «КонсультантПлюс». – М., 2023.

187. Приказ МВД России от 13 ноября 2012 г. № 1025 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел, в том числе к действиям в условиях, связанных с применением

физической силы» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [studall.org](http://studall.org) (дата обращения: 24.12.2022).

188. Приказ МВД России от 31.03.2015 № 385 «Об утверждении Порядка организации подготовки кадров для замещения должностей в органах внутренних дел Российской Федерации» // ИПП «Гарант». – М., 2023.

189. Примерная программа учебной дисциплины «Физическая подготовка» для образовательных учреждений МВД России. – М.: ЦОКР МВД России, 2007.

190. Раевский, Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р.Т. Раевский. – М.: Высш. шк., 1985. – 520 с.

191. Резусов, С.Л. Вопросы профессионально-прикладной физической подготовки студентов высшей школы / С.Л. Резусов // Теория и практика физической культуры. – 1978. – № 2. – С. 54-56.

192. Рогов, Ю.Н. Формирование у юных борцов навыков распознавания образа специфической ситуации для выполнения атакующего действия: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Рогов Юрий Николаевич. – Майкоп, 2015. – 26 с.

193. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2022. – 720 с.

194. Рузавин Г.И. Методология научного исследования: учеб. пособие для вузов / Г.И. Рузавин. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 1999. – 317 с.

195. Савельев, А.Я. Технологии обучения и их роль в реформе высшего образования / А.Я. Савельев // Высшее образование в России. – 1994. – № 4. – С. 29-37.

196. Сагонян, Г.Г. Физическая культура в режиме для трудящихся / Г.Г. Сагонян. – М.: Физкультура и спорт, 1979. – 152 с.

197. Селевко, Г.К. Современные образовательные технологии / Г.К. Селевко. – М.: Народное образование, 1998. – 225 с.

198. Сеченов, И.М. Рефлексы головного мозга (1863) // Избранные философские и психологические произведения. – М.: Госполитиздат, 1947. – С. 69-178.

199. Сидоренко, Е.В. Методы математической обработки в психологии / Е.В. Сидоренко. – СПб.: Речь, 2000. – 350 с.

200. Скаткин, М.Н. Методология и методика педагогических исследований (в помощь начинающему исследователю) / М.Н. Скаткин. – М.: Педагогика, 1986. – 152 с.

201. Сластенин, В.А. Введение в педагогическую аксиологию: учеб. пособие для вузов / В.А. Сластенин, Г.И. Чижакова. – М.: АCADEMIA, 2002. – 576 с.

202. Сластенин, В.А. Педагогика: учеб. пособие для вузов / В.А. Сластенин, И.Ф. Исаев, Е.Н. Шиянов. – М.: АCADEMIA, 2002. – 576 с.

203. Спиридонов, В.А. Основы самозащиты, тренировка и методика / В.А. Спиридонов. – М.: ГРАНД, 2005. – 311 с.

204. Старков, М.А. О проблеме повышения эффективности выполнения боевых приемов борьбы на занятиях по физической подготовке в вузах МВД России / М.А. Старков, С.В. Задорин // Обучение и воспитание: методики и практика. – 2013. – № 9. – С. 156-161.

205. Сташ, К.Д. Мануальные координационные способности девушек и их развитие в процессе профессионально-прикладной физической подготовки (на примере штукатуров-маляров): автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Сташ Кадырбеч Даудович. – Майкоп, 2000. – 24 с.

206. Талызина, Н.Ф. Деятельностный подход к построению модели специалиста / Н.Ф. Талызина // Вестник высшей школы. – 1986. – № 3. – С. 10-14.

207. Тапунов, Ю.Н. Профессионально-ориентированная физическая подготовка курсанток вузов МВД России / Ю.Н. Тапунов // Общество и право. – 2010. – № 2. – С. 34-38.

208. Теоретические и методические основы организации физической подготовки сотрудников органов внутренних дел Российской Федерации: учебник / С.В. Кузнецов, А.Н. Волков, А.И. Воронов; под общ. ред. С.В. Кузнецова. – М.: ДГСК МВД России, 2016. – 328 с.

209. Ткаченко, А.И. Пути оптимизации владения боевыми приемами борьбы сотрудниками-женщинами в практических органах МВД России / А.И. Ткаченко, Ю.В. Муханов // Вестник Белгородского юридического института МВД России. – 2009. – № 1. – С. 64-67.

210. Троян, Е.И. Обучение боевым приемам борьбы в служебно-прикладной физической подготовке слушателей учебных центров МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Троян Евгений Иванович. – Tobольск, 2006. – 28 с.

211. Троян, Е.И. Методика поэтапного обучения приемам борьбы слушателей профессионального обучения образовательных организаций МВД России / Е.И. Троян // Вестник Тюменского института повышения квалификации сотрудников МВД России. – 2013. – № 1. – С. 110-115.

212. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учеб. пособие: в 4 кн. Кн. 2: Кинезиология и психология / Г.С. Туманян. – М.: Советский спорт, 1998. – 280 с.

213. Туманян, Г.С. Спортивная борьба: теория, методика, организация тренировки: учебное пособие: в 4 кн. Кн. 4: Планирование и контроль / Г.С. Туманян. – М.: Сов. спорт, 2000. – 384 с.

214. Туманян, Г.С. Теория, методика, организация тренировочной, внутренировочной и соревновательной деятельности. Часть 3, кн. 18: Интегральная подготовка единоборцев разных весовых категорий / Г.С. Туманян. – М.: Сов. спорт, 2001. – 64 с.

215. Угольникова, О.А. Содержание физической и функциональной подготовки женщин-борцов вольного стиля в годичном тренировочном цикле: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Угольникова Ольга Александровна. – СПб., 2004. – 22 с.

216. Уразаева, Г.И. Стратегия психологической подготовки сотрудников полиции в процессе профессионального обучения / Г.И. Уразаева // Вестник Казанского юридического института МВД России. – 2012. – № 2 (8). – С. 98-102.

217. Уразаева, Г.И. Профессиональная деформация сотрудников полиции в аспекте эмоционального выгорания: социально-психологические условия, механизмы, особенности, факторы / Г.И. Уразаева // Вестник Казанского юридического института МВД России. – 2014. – № 2 (16). – С. 14-21.

218. Ухтомский, А.А. Физиология двигательного аппарата / А.А. Ухтомский. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1951. – 167 с.

219. Федеральный закон «О полиции» от 7.02.2011 № 3-ФЗ: (ред. от 04.08.2023) // Собрание законодательства РФ. – 2011. – № 7.

220. Фетисов, В.А. Формирование профессионально-прикладной физической компетенции сотрудников ОВД / В.А. Фетисов // Педагогика в правоохранительных органах. – № 2. – 2011. – С. 24-28.

221. Филановский, С.Г. Изучение способностей труда инженеров связи для определения задач профессионально-прикладной физической подготовки студентов / С.Г. Филановский, Т.С. Щелканова // Теория и практика физической культуры. – 1984. – № 6. – С. 39-40.

222. Хакунов, Н.Х. Физическая культура в системе образования / Н.Х. Хакунов. – М., 1994. – 133 с.

223. Хакунов, Н.Х. Формирование физической культуры личности в учебных заведениях разного типа: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Хакунов Нурбий Хасанбиевич. – Краснодар, 1995. – 33 с.

224. Хальзов, В.И. Физическое воспитание в системе профессиональной подготовки курсантов образовательных учреждений МВД России / В.И. Хальзов, А.С. Кропанов // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России. – 2012. – № 2 (54). – С. 220-223.

225. Харлампиев, А.А. Борьба Самбо / А.А. Харлампиев. – М.: Физкультура и спорт, 1964. – 379 с.

226. Харлампиев, А.А. Самбо (боевые приемы) / А.А. Харлампиев. – М.: Военное изд-во Военного министерства СССР, 1952. – 256 с.

227. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: учеб. пособие для студентов высш. учеб. завед. / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2000. – 480 с.

228. Холодов, Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2003. – 200 с.

229. Хрисанов, В.А. Проблемы непрерывной профессиональной подготовки сотрудников ОВД / В.А. Хрисанов, В.Л. Михайликов, С.А. Ермоленко // Проблемы правоохранительной деятельности. – 2013. – № 2. – С. 31-35.

230. Хромов, В.А. Особенности физической подготовки курсантов и слушателей вузов МВД России в современных условиях / В.А. Хромов, Д.А. Платонов, Ю.В. Чехранов // Вестник Московского университета МВД России. – 2013. – № 8. – С. 220-222.

231. Хуторской, А.В. Дидактические основы эвристического обучения: автореф. дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Хуторской Андрей Викторович. – М., 1998. – 37 с.

232. Чермит, К.Д. Высшее образование: реалии и перспективы / К.Д. Чермит, В.Г. Левченко. – Майкоп, 2001. – 200 с.

233. Чермит, К.Д. Теория и методика физического воспитания: опорные схемы: учеб. пособие / К.Д. Чермит. – М.: Сов. спорт, 2005. – 272 с.

234. Чермит, К.Д. Семантика и взаимосвязь понятий «физическая культура личности», «профессионально-прикладная физическая культура личности», «профессионально-прикладная физическая подготовка» / К.Д. Чермит, М.М. Эбзеев, Н.Х. Хакунов // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. – СПб., 2007. – № 6 (28). – С. 93-99.

235. Чермит, К.Д. Методология и методика психолого-педагогических исследований / К.Д. Чермит. – М.: НОУ ВПО «МПСУ», 2012. – 180 с.

236. Чермит, К.Д. Квалификационная работа бакалавра: алгоритм выполнения в схемах / К.Д. Чермит, С.К. Бондырева, А.А. Горелов. – М.: НОУ ВПО «МПСУ», 2015. – 154 с.

237. Чернышенко, К.Ю. Классификация боевых приемов раздела специальной физической подготовки сотрудников ОВД и ведущие физические качества, обуславливающие их выполнение в профессиональных ситуациях / К.Ю. Чернышенко, Е.Е. Витютнев // Физическая культура, спорт – наука и практика. – 2013. – № 3. – С. 28-31.

238. Шадриков, В.Д. Философия образования и образовательная политика / В.Д. Шадриков. – М.: ИЦПКПС, 1993. – 181 с.

239. Шадриков, В.Д. Психология деятельности и способности человека: учеб. пособие / В.Д. Шадриков. – 2-е изд. – М.: Логос, 1996. – 320 с.

240. Шамрай, С.Д. Воспитание физической культуры у слушателей вузов МВД России: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Шамрай Сергей Дмитриевич. – СПб.: Санкт-Петерб. Ун-т МВД России, 2000. – 24 с.

241. Ширяев, А.Н. Формирование готовности курсантов к служебно-боевой деятельности в подразделениях специального назначения внутренних войск: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.08 / Ширяев Андрей Николаевич. – Чита, 2013. – 23 с.

242. Шулика, Ю.А. Техничко-тактическая модель борца и методология его многолетней подготовки: учеб. пособие для студентов ИФК / Ю.А. Шулика. – Краснодар: Краснодар. кн. изд-во, 1988. – 142 с.

243. Шулика, Ю.А. Многолетняя технико-тактическая подготовка в спортивной борьбе: дис. ... д-ра пед. наук: 13.00.04 / Шулика Юрий Александрович. – Краснодар, 1993. – 452 с.

244. Щедровицкий, П.Г. Схема мыследеятельности – системно-структурное строение, смысл и содержание (Системные исследования: методологические проблемы): ежегодник / П.Г. Щедровицкий. – М., 1986. – 198 с.

245. Щедровицкий, П.Г. Введение в мыследеятельную педагогику / П.Г. Щедровицкий. – Кемерово, 1990. – 175 с.

246. Элипханов, С.Б. Многолетняя силовая подготовка в женском дзюдо: монография / С.Б. Элипханов. – М., 2013. – 153 с.

247. Яншин, В.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка в вузах МВД СССР: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / В.В. Яншин. – М., 1989. – 196 с.
248. Abe, I. Judo / I. Abe. – Brussel: Atlantik, 1968. – 219 p.
249. Balsevich, V. Nature-Consistent Strategy of Sports Training / V. Balsevich // Research year book, Studies in Physical Education and Sport. – 2006. – Vol. 13, No 13. – P. 11-16.
250. Baranowski, T. Assessment, prevalence and cardiovascular benefits of physical activity and fitness in youth / T. Baranowski // Medicine and Science in Sport and Exercise. – 1992. – No 24 (6). – P. 237-247.
251. Barrow, H.M. A practical approach to measurement in physical education / H.M. Barrow, R. Mc Gee. – L.: Kimpton, 1964. – 116 p.
252. Blacker, S.D. Risk factors for training injuries among British Army recruits / S.D. Blacker, D.M. Wilkinson, J.L. Bilzon // Mil Med. – 2008. – No 173 (3). – P. 278-286.
253. Evans, J. Physical Education, Pedagogy and Identity: A Student Reader / J. Evans; ed. by B. Davies. – Taylor and Francis, Inc., 1999. – 224 p.
254. Heir, T. Injury proneness in infantry conscripts undergoing a physical training programme: smokeless tobacco use, higher age, and low levels of physical fitness are risk factors / T. Heir, G. Eide // Scand. J. Med. Sci. Sports. – 1997. – No 7 (5). – P. 304-311.
255. Larsson, H. Individual risk factors associated with premature discharge from military service / H. Larsson, L. Broman, K. Harms-Ringdahl // Mil Med. – 2009. – No 174 (1). – P. 9-20.
256. Mifune, K. Canon of judo / K. Mifune. – Tokyo, 1956. – 318 p.
257. Nuttin, I.R. Motivation and reward in human learning: a cognitive approach / I.R. Nuttin // Handbook of learning and cognitive processes. Vol. 3: Approaches to human learning and motivation. – New Jersey, 1976. – P. 247-282.
258. Oyama, M. This is Karate (Published by Japan) / M. Oyama. – Tokyo; San Francisco: Publications Traidig Company, 1965. – 368 p.



259. Pfluger, A. *Karate Praxis in Bildern* / A. Pfluger. – Wiesbaden: Falken-Verlag, 1966. – 252 p.
260. Schmidt R.A. *Motor-output variability: A theory for the accuracy of rapid motor acts* / R.A. Schmidt [et al.] // *Psychological Review*. – 1979. – Vol. 86. – P. 415-451.
261. Super, D.E. *The psychology of careers* / D.E. Super. – New York: Harper & Brothers, 1957. – 157 p.
262. Super, D.E. *Theory of Vocational Development* / D.E. Super // *Amer. J. Psychology*. – 1953. – Vol. 8. – P. 211-219.
263. Taanila, H. *Musculoskeletal disorders in physically active conscripts: a one-year follow-up study in the Finnish Defence Forces* / H. Taanila, J. Suni, H. Pihlajamaki // *BMC Musculoskelet Disord*. – 2009. – No 10. – P. 89-101.
264. Ueshiba Morihei. *Budo: teachings of the founder of aikidō* / Morihei Ueshiba. – Tokyo; New York: Kodansha International, 1997. – 211 p.
265. Van Wenner, J. *The Beginners Guide to Shotokan Karate* / J. Van Wenner. – Bedford, 1983. – 280 p.
266. Yamaguchi, N.G. *The fundamentals of Ohara Gjgu-Ryu Karate* / N.G. Yamaguchi. – California: Inkorporeited Los Angeles, 1975. – 175 p.

## **ПРИЛОЖЕНИЯ**

## Приложение А

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения базовых приемов борьбы девушками-курсантами экспериментальной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 315.  
Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (базовые приемы борьбы)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	А.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,1
2	М.М.	3,2,3	2,67	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,78
3	А.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
4	А.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
5	И.А.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,3,3	3,0	2,78
6	Э.Ю.	3,3,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
7	Д.В.	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	4,4,3	3,67	3,44
8	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
9	В.В.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,3,2	2,67	2,67
10	Д.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
11	Д.С.	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	4,4,3	3,67	3,44
12	П.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
13	А.Р.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
14	К.О.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
15	М.В.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
16	Р.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
17	Х.Б.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
18	Т.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
19	Д.С.	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,33
20	Т.Э.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,22
21	Д.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
22	С.А.	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	4,4,3	3,67	3,22
23	Н.В.	3,3,3	3,0	2,2,3	2,33	3,2,3	2,67	2,67
Итоговая оценка экспертов по базовым приемам борьбы						Балл		2,91 ± 0,42
						% от возможного		58,2 %

## Приложение Б

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения ударов руками и ногами девушками-курсантами экспериментальной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 315.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (удары руками и ногами)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	А.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
2	М.М.	3,2,2	2,33	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,56
3	А.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
4	А.А.	3,3,3	3,0	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,78
5	И.А.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,2	2,33	2,56
6	Э.Ю.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
7	Д.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
8	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
9	В.В.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,3,2	2,67	2,67
10	Д.А.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
11	Д.С.	3,3,3	3,0	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,78
12	П.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
13	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
14	К.О.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
15	М.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
16	Р.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
17	Х.Б.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
18	Т.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	3,67	3,22
19	Д.С.	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,33
20	Т.Э.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,22
21	Д.А.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
22	С.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,34	3,11
23	Н.В.	3,3,3	3,0	2,2,3	2,33	3,2,3	2,67	2,67
Итоговая оценка экспертов выполнения ударов руками и ногами						Балл		3,63 ± 0,32
						% от возможного		72,6 %

## Приложение В

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения переводов в партер девушками-курсантами экспериментальной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 315.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (переводы в партер)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	А.А.	4,4,3	3,67	3,4,3	3,34	3,4,3	3,34	3,45
2	М.М.	3,3,3	3,0	3,3,4	3,34	3,3,3	3,0	3,11
3	А.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
4	А.А.	3,4,4	3,67	3,3,4	3,34	3,4,4	3,67	3,56
5	И.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
6	Э.Ю.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
7	Д.В.	4,4,4	4,0	4,3,3	3,34	4,4,4	4,0	3,78
8	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
9	В.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
10	Д.А.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
11	Д.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
12	П.С.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
13	А.Р.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
14	К.О.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
15	М.В.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
16	Р.Р.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
17	Х.Б.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
18	Т.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
19	Д.С.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
20	Т.Э.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,45
21	Д.А.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
22	С.А.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,45
23	Н.В.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,34
Итоговая оценка экспертов качества выполнения переводов в партер						Балл		3,4 ± 0, 38
						% от ВОЗМОЖНОГО		68,0 %

## Приложение Г

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения комбинации приемов девушками-курсантами экспериментальной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 315.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (комбинации приемов)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	
1	А.А.	3, 3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
2	М.М.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,22
3	А.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
4	А.А.	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,67
5	И.А.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,2	2,33	2,56
6	Э.Ю.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
7	Д.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
8	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
9	В.В.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
10	Д.А.	2,2,2	2,0	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,45
11	Д.С.	3,3,3	3,0	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,78
12	П.С.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
13	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
14	К.О.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
15	М.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
16	Р.Р.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
17	Х.Б.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
18	Т.С.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
19	Д.С.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
20	Т.Э.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
21	Д.А.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
22	С.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
23	Н.В.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
Итоговая оценка экспертов по комбинациям приемов						Балл		2,57±0,34
						% от возможного		51,4%

## Приложение Д

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения базовых приемов борьбы девушками-курсантами контрольной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 333.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (базовые приемы борьбы)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	Ш.Х.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
2	М.И.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
3	Ю.А.	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	3,3,3	3,0	2,89
4	Ш.П.	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	4,4,3	3,67	3,44
5	М.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
6	В.В.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,3,3	3,0	2,78
7	А.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
8	В.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,2	2,33	2,78
9	Н.К.	3,3,1	2,33	3,3,1	2,33	3,2,1	2,0	2,22
10	М.В.	3,2,2	2,33	3,2,2	2,33	3,2,2	2,33	2,33
11	С.Т.	2,2,1	0,83	2,2,1	0,83	2,2,1	0,83	0,83
12	Р.Д.	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	4,4,3	3,33	3,33
13	М.И.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
14	С.В.	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,33
15	А.Е.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
16	С.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
17	Е.И.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
18	К.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
19	В.А.	3,3,3	3,0	2,2,3	2,33	3,2,3	2,67	2,67
20	Е.А.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,2,3	2,33	2,22
21	Б.В.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,1
22	М.О.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,33	3,11
Итоговая оценка экспертов выполнения базовых приемов борьбы						Балл		2,81 ± 0,59
						% от возможного		56,2 %

## Приложение Е

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники исполнения ударов руками и ногами курсантами контрольной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 333.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (удары руками и ногами)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	Ш.Х.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
2	М.И.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
3	Ю.А.	5,4,4	4,3	5,5,4	4,67	4,4,4	4,0	4,3
4	Ш.П.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
5	М.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
6	В.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
7	А.А.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
8	В.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
9	Н.К.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
10	М.В.	5,4,4	4,3	5,5,4	4,67	4,4,4	4,0	4,3
11	С.Т.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
12	Р.Д.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
13	М.И.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
14	С.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,1	3,03
15	А.Е.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
16	С.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	3,67	3,22
17	Е.И.	4,4,5	4,33	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	3,66
18	К.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
19	В.А.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
20	Е.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,34	3,11
21	Б.В.	3,3,3	3,0	4,4,3	3,67	3,4,3	3,33	3,33
22	М.О.	4,4,5	4,33	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	3,66
Итоговая оценка экспертов выполнения ударов руками и ногами						Балл		3,56±0,44
						% от возможного		71,2 %



## Приложение Ж

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения переводов в партер курсантами контрольной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 333.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (переводы в партер)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	Ш.Х.	2,2,1	0,92	2,1,2	0,92	3,3,2	2,67	1,5
2	М.И.	3,2,1	2,0	3,3,1	2,33	3,2,1	2,0	2,11
3	Ю.А.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,23
4	Ш.П.	1,1,3	1,67	2,2,1	1,67	1,1,3	1,67	1,67
5	М.А.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,23
6	В.В.	1,1,3	1,67	2,2,1	1,67	1,1,3	1,67	1,67
7	А.А.	2,2,2	2,0	2,3,2	2,1	2,2,2	2,0	2,03
8	В.С.	1,1,3	1,33	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,23
9	Н.К.	1,1,3	1,67	2,2,1	1,67	1,1,3	1,67	1,67
10	М.В.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,23
11	С.Т.	1,2,2	1,67	2,1,1	1,1	1,2,1	1,1	1,29
12	Р.Д.	2,2,2	2,0	2,3,2	2,33	2,2,2	2,0	2,22
13	М.И.	3,2,2	2,33	3,2,2	2,33	3,2,1	2,0	2,22
14	С.В.	3,2,3	2,33	3,2,3	2,33	3,3,3	3,0	1,87
15	А.Е.	2,2,2	2,0	2,3,2	2,33	2,2,2	2,0	2,11
16	С.С.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,33	1,2,2	0,92	1,33
17	Е.И.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,23
18	К.С.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,69
19	В.А.	1,1,3	1,67	2,2,1	1,67	1,1,3	1,67	1,67
20	Е.А.	1,3,3	1,67	1,3,3	1,67	1,2,3	2,0	1,78
21	Б.В.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,68
22	М.О.	2,2,2	2,0	2,3,2	2,1	2,2,2	2,0	2,03
Итоговая оценка экспертов качества выполнения переводов в партер						Балл		1,67±0,34
						% от ВОЗМОЖНОГО		33,4 %

## Приложение И

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения комбинации приемов курсантами контрольной группы в течение первого и второго семестров (курс 1, три серии) у переменного состава взвода № 333.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (комбинации приемов)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	
1	А.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
2	Ш.Х.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
3	М.И.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
4	Ю.А.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
5	Ш.П.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
6	М.А.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
7	В.В.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
8	А.А.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
9	В.С.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
10	Н.К.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
11	М.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
12	С.Т.	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,67
13	Р.Д.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,2	2,33	2,56
14	М.И.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
15	С.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
16	А.Е.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
17	С.С.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,11
18	Е.И.	2,2,2	2,0	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,45
19	К.С.	3,3,3	3,0	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,78
20	В.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
21	Е.А.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
22	Б.В.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
Итоговая оценка экспертов по комбинациям приемов						Балл		2,60±0,35
						% от возможного		52,0 %

## Приложение К

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения базовых приемов борьбы девушками-курсантами экспериментальной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 315.  
 Специальность 080101 Экономическая безопасность.

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (базовые приемы борьбы)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	А.А.	3,4,4	3,67	5,4,4	4,33	4,4,3	3,67	3,89
2	М.М.	4,4,4	4,0	4,5,4	4,33	5,5,4	4,67	4,33
3	А.С.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
4	А.А.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
5	И.А.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
6	Э.Ю.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
7	Д.В.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
8	А.Р.	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
9	В.В.	3,4,4	3,67	3,4,3	3,33	4,4,3	3,67	3,56
10	Д.А.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
11	Д.С.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
12	П.С.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
13	А.Р.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
14	К.О.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
15	М.В.	4,4,4	4,0	4,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,45
16	Р.Р.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
17	Х.Б.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
18	Т.С.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
19	Д.С.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
20	Т.Э.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
21	Д.А.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
22	С.А.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
23	Н.В.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
Итоговая оценка экспертов по базовым приемам борьбы						Балл		4,19±0,42
						% от возможного		83,8 %

## Приложение Л

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники исполнения ударов руками и ногами девушками-курсантами экспериментальной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 315.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (удары руками и ногами)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	А.А.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
2	М.М.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
3	А.С.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
4	А.А.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
5	И.А.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
6	Э.Ю.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
7	Д.В.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
8	А.Р.	5,5,5	5,0	5,5,5	5,0	5,5,5	5,0	5,0
9	В.В.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
10	Д.А.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
11	Д.С.	4, 4,4	4,0	4,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,45
12	П.С.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
13	А.Р.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
14	К.О.	4,4,4	4,0	4,4,3	3,67	4,4,3	3,67	3,78
15	М.В.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
16	Р.Р.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
17	Х.Б.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
18	Т.С.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
19	Д.С.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
20	Т.Э.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
21	Д.А.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
22	С.А.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
23	Н.В.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
Итоговая оценка экспертов выполнения ударов руками и ногами						Балл		4,04 ± 0,82
						% от возможного		80,8 %

## Приложение М

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения переводов в партер девушками-курсантами экспериментальной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 315.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (переводы в партер)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	А.А.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
2	М.М.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
3	А.С.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
4	А.А.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
5	И.А.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
6	Э.Ю.	5,5,5	5,0	4,5,5	4,67	5,4,4	4,33	4,67
7	Д.В.	5,4,5	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
8	А.Р.	4,4,3	3,67	5,4,3	4,0	4,4,4	4,0	3,89
9	В.В.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,4	3,33	3,33
10	Д.А.	3,4,4	3,67	4,3,3	3,34	3,4,3	3,33	3,43
11	Д.С.	3,4,4	3,67	4,4,4	4,0	3,4,4	3,67	3,78
12	П.С.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
13	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
14	К.О.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,1	3,03
15	М.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
16	Р.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	3,67	3,22
17	Х.Б.	4,4,5	4,33	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	3,66
18	Т.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
19	Д.С.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
20	Т.Э.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
21	Д.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
22	С.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,1	3,03
23	Н.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
Итоговая оценка экспертов качества выполнения переводов в партер						Балл		3,65± 0,57
						% от ВОЗМОЖНОГО		71,4 %

## Приложение Н

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения комбинации приемов девушками-курсантами экспериментальной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 315.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (комбинации приемов)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	
1	А.А.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
2	М.М.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
3	А.С.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
4	А.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
5	И.А.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,89
6	Э.Ю.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
7	Д.В.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
8	А.Р.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
9	В.В.	3,3,4	3,33	3,3,4	3,33	2,3,3	2,66	3,11
10	Д.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
11	Д.С.	3,3,3	3,0	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,78
12	П.С.	2,3,3	2,67	2,3,3	2,67	2,3,3	2,67	2,67
13	А.Р.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
14	К.О.	4,3,3	3,33	4,4,3	3,67	3,4,3	3,33	3,44
15	М.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
16	Р.Р.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
17	Х.Б.	2,2,2	2,0	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,45
18	Т.С.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
19	Д.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
20	Т.Э.	2,3,2	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,34
21	Д.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
22	С.А.	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,67
23	Н.В.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,2	2,33	2,56
Итоговая оценка экспертов по комбинациям приемов						Балл		2,68
						% от возможного		53,6 %

## Приложение П

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения базовых приемов борьбы девушками-курсантами контрольной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 333.

Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (базовые приемы борьбы)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	Ш.Х.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
2	М.И.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
3	Ю.А.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,45
4	Ш.П.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
5	М.А.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
6	В.В.	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	3,3,3	3,0	2,89
7	А.А.	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	4,4,3	3,67	3,44
8	В.С.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
9	Н.К.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,3,3	3,0	2,78
10	М.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
11	С.Т.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,45
12	Р.Д.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,34
13	М.И.	4,4,3	3,67	3,4,3	3,34	3,4,3	3,34	3,45
14	С.В.	3,3,3	3,0	3,3,4	3,34	3,3,3	3,0	3,11
15	А.Е.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
16	С.С.	3,4,4	3,67	3,3,4	3,34	3,4,4	3,67	3,56
17	Е.И.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
18	К.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
19	В.А.	4,4,4	4,0	4,3,3	3,34	4,4,4	4,0	3,78
20	Е.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
21	Б.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
22	М.О.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
Итоговая оценка экспертов по базовым приемам борьбы						Балл		3,23 ± 0,36
						% от возможного		64,6 %

## Приложение Р

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения ударов руками и ногами курсантами контрольной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 333. Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (удары руками и ногами)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	Ш.Х.	4,4,5	4,33	4,4,5	4,33	4,4,5	4,33	4,33
2	М.И.	3,4,4	3,67	5,5,4	4,67	3,4,4	3,67	4,0
3	Ю.А.	5,4,4	4,3	5,5,4	4,67	4,4,4	4,0	4,3
4	Ш.П.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
5	М.А.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
6	В.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
7	А.А.	3,4,4	3,67	3,3,5	3,67	3,4,4	3,67	3,67
8	В.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
9	Н.К.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
10	М.В.	5,4,4	4,3	5,5,4	4,67	4,4,4	4,0	4,3
11	С.Т.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
12	Р.Д.	3,4,4	3,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,34
13	М.И.	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,67
14	С.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,1	3,03
15	А.Е.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
16	С.С.	3,3,4	3,34	3,4,3	3,34	3,4,3	3,34	3,34
17	Е.И.	4,4,5	4,33	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	3,66
18	К.С.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
19	В.А.	3,4,4	3,67	5,5,4	4,67	5,5,4	4,67	4,34
20	Е.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,4,3	3,34	3,11
21	Б.В.	3,3,3	3,0	4,4,3	3,67	3,4,3	3,33	3,33
22	М.О.	4,4,5	4,33	4,3,3	3,33	4,3,3	3,33	3,66
Итоговая оценка экспертов выполнения ударов руками и ногами						Балл		3,83±0,48
						% от возможного		76,6 %



## Приложение С

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения переводов в партер курсантами контрольной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 333. Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (переводы в партер)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	оценка	рез-т	оценка	рез-т	оценка	
1	Ш.Х.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
2	М.И.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
3	Ю.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
4	Ш.П.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
5	М.А.	3,4,3	3,33	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
6	В.В.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
7	А.А.	2,2,3	2,34	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,33
8	В.С.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,22
9	Н.К.	2,2,2	2,0	2,2,2	2,0	2,2,3	2,33	2,11
10	М.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
11	С.Т.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
12	Р.Д.	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	3,3,2	2,67	2,67
13	М.И.	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	3,2,2	2,33	2,56
14	С.В.	3,3,2	2,67	3,2,3	2,67	3,2,3	2,67	2,67
15	А.Е.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,69
16	С.С.	1,1,3	1,67	2,2,1	1,67	1,1,3	1,67	1,67
17	Е.И.	1,3,3	1,67	1,3,3	1,67	1,2,3	2,0	1,78
18	К.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
19	В.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
20	Е.А.	2,2,2	2,0	2,2,3	2,34	2,2,3	2,33	2,11
21	Б.В.	1,1,3	1,67	1,1,2	1,1	1,2,2	0,92	1,68
22	М.О.	2,2,2	2,0	2,3,2	2,1	2,2,2	2,0	2,03
Итоговая оценка экспертов качества выполнения переводов в партер						Балл		2,41 ± 0,48
						% от возможного		48,2 %

## Приложение Т

## СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки техники выполнения комбинации приемов курсантами контрольной группы в течение третьего и четвертого семестров (курс 2, три серии) на заключительном этапе эксперимента у переменного состава взвода № 333. Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	Ф.И.О.	ПРИЕМЫ САМООБОРОНЫ (комбинации приемов)						Итоговая оценка (средний балл)
		1 эксперт		2 эксперт		3 эксперт		
		рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	рез-т	средняя оценка	
1	А.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
2	Ш.Х.	4,4,3	3,67	3,4,3	3,34	3,4,3	3,34	3,45
3	М.И.	3,3,3	3,0	3,3,4	3,34	3,3,3	3,0	3,11
4	Ю.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
5	Ш.П.	3,4,4	3,67	3,3,4	3,34	3,4,4	3,67	3,56
6	М.А.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
7	В.В.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
8	А.А.	4,4,4	4,0	4,3,3	3,34	4,4,4	4,0	3,78
9	В.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,2,3	2,67	2,89
10	Н.К.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
11	М.В.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
12	С.Т.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
13	Р.Д.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
14	М.И.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
15	С.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
16	А.Е.	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,4,4	4,0	4,0
17	С.С.	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,0
18	Е.И.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
19	К.С.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
20	В.А.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
21	Е.А.	4,3,3	3,34	4,3,3	3,34	4,4,3	3,67	3,45
22	Б.В.	3,4,3	3,34	3,3,3	3,0	3,3,3	3,0	3,11
Итоговая оценка экспертов по комбинациям приемов						Балл		3,27 ± 0,39
						% от возможного		65,4 %

## Приложение У

Контрольные теоретические задания и требования к их оценке, примененные в эксперименте, адаптированные автором к условиям эксперимента  
(адаптированные, разработка Рогова Ю.Н., 2014)

1. Выявить и терминологически правильно назвать (идентифицировать) атакующие технические действия (приемы) боевых единоборств, которые применялись в просматриваемой схватке.

- «Отлично» – полное и безошибочное выявление и терминологически правильное название примененных технических действий боевых единоборств.

- «Хорошо» – полное выявление атакующих технических действий, но с незначительными терминологическими ошибками при их обозначении.

- «Удовлетворительно» – неполное выявление атакующих технических действий, но с правильным их обозначением.

- «Неудовлетворительно» – неполное выявление атакующих технических действий с неправильным их обозначением.

2. Выделить характерные тактические действия, используемые участниками боевого столкновения при создании благоприятной ситуации для выполнения технического действия.

- «Отлично» – полное и безошибочное выделение характерных тактических действий борца при создании благоприятной ситуации.

- «Хорошо» – правильное, но неполное выделение характерных тактических действий борца при создании благоприятной ситуации.

- «Удовлетворительно» – правильное выделение благоприятной ситуации, но неправильное и неполное выявление характерных тактических действий борца при ее создании.

- «Неудовлетворительно» – неправильное выделение благоприятной ситуации для выполнения атакующего действия (приема).

3. Выявить, какую стратегию ведения поединка использовал каждый участник анализируемой схватки перед проведением атакующего приема.

- «Отлично» – безошибочное выявление стратегии ведения поединка у обоих борцов перед проведением атакующего приема.

- «Хорошо» – безошибочное выявление стратегии ведения поединка у борца, который выполнял прием, и неправильное у другого борца.

- «Удовлетворительно» – неправильное выявление стратегии ведения поединка у борца, который выполнял прием, и правильное у другого борца.

- «Неудовлетворительно» – неправильное выявление стратегии у обоих борцов перед проведением атакующего приема.

## Приложение Ф

Требования к оценке обобщенного теста, примененные в эксперименте, адаптированные автором к условиям эксперимента  
(адаптированные, разработка Рогова Ю.Н., 2014)

1. Если испытуемый не сумел провести техническое действие за время учебного квазибоевого поединка, в протоколе отмечалась длительность схватки (60 с).

2. В качестве результата выполнения обобщенного теста определяется среднее время выполнения каждым испытуемым четырех тестовых заданий.

3. В учебном квазибоевом поединке моделировались четыре возможности возникновения специфической ситуации для выполнения атакующего действия, вследствие:

- действий самого спортсмена (в этом случае в тестовом задании соперник придерживался защитной стратегии, выполняя пассивные защитные действия и позволяя испытуемому брать захват, выводить из равновесия, проводить атаки);

- атакующих действий противника (противник придерживается атакующей стратегии, осуществляя реальные (но замедленные) попытки проведения атак с фиксацией входа на прием и выхода из него, при правильном выполнении контратаки испытуемого давал ему возможность провести бросок;

- защитных действий соперника (соперник придерживался защитной стратегии с выраженными активными и акцентированными защитными действиями, побуждая тем самым противника к применению связок и комбинаций приемов, а в случае их правильного применения позволял испытуемому успешно проводить атакующий прием);

- их совместного конфликтного взаимодействия в процессе ведения поединка, т.е. взаимного маневрирования, изменения захватов и т.д., но при этом соперник проводил замедленные атаки и, выполняя активные защитные действия, широко использовал различное маневрирование, изменение стоек и захватов, а при правильном (своевременном) выполнении ТТД испытуемым позволял ему успешно проводить атакующий бросок.

## Приложение X

### СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки (3 эксперта, по пять наблюдений на каждом этапе, сведенная средняя оценка) технико-тактической подготовленности девушек-курсантов экспериментальной группы в течение первого (1 этап) и второго (заключительный этап) курсов обучения у переменного состава взвода № 315. Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	ФИО	Показатели технико-тактической оценки											
		выполнение действий (приемов)		уход от захватов		выведение из равновесия		маневрирование		итоговая средняя оценка (x±g)		% итоговой от возможного	
		1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	А.А.	3,1	7,5	3,4	7,8	3,3	7,8	2,7	7,1	3,1±0,27	7,5±0,28	31,0	75,0
2	М.М.	6,1	8,1	4,7	8,2	4,3	8,4	3,9	7,7	4,7±0,80	8,1±0,25	47,0	81,0
3	А.С.	3,4	7,7	3,6	7,1	3,9	7,1	3,6	7,0	3,6±0,18	7,2±0,28	36,0	72,0
4	А.А.	4,9	8,3	4,5	8,8	4,7	8,6	4,1	7,9	4,6±0,3	8,4±0,34	46,0	84,0
5	И.А.	3,8	8,0	2,7	7,2	3,2	8,4	2,8	7,5	3,1±0,43	7,8±0,53	31,0	78,0
6	Э.Ю.	4,2	7,3	3,8	7,5	3,9	7,7	3,2	5,5	3,8±0,35	7,0±0,88	38,0	70,0
7	Д.В.	5,1	8,7	4,7	8,3	4,1	8,8	3,4	6,3	4,3±0,64	8,0±1,0	43,0	80,0
8	А.А.	3,6	6,3	4,3	8,7	4,0	8,8	4,7	7,9	4,1±0,40	7,9±1,0	41,0	79,0
9	В.В.	3,8	6,3	3,4	6,6	3,1	7,1	3,3	6,8	3,4±0,25	6,7±0,29	34,0	67,0
10	Д.А.	5,1	9,1	3,9	7,1	3,7	9,3	4,5	6,5	4,3±0,55	8,0±1,22	43,0	80,0
11	Д.С.	3,6	6,3	4,6	7,0	4,1	7,3	3,7	7,5	4,0±0,39	7,0±0,45	40,0	70,0
12	П.С.	4,5	7,1	3,8	7,4	3,8	7,8	4,0	7,1	4,0±0,28	7,4±0,29	40,0	74,0

Продолжение приложения X

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
13	А.Р.	3,8	7,0	3,5	7,4	3,2	7,6	3,7	7,0	3,6±0,23	7,3±0,26	36,0	73,0
14	К.О.	5,1	9,6	4,8	8,2	4,7	9,1	3,1	6,2	4,2±0,78	8,3±1,3	42,0	83,0
15	М.В.	3,6	7,6	3,5	7,9	3,5	7,8	3,4	6,3	3,5±0,70	7,4±0,64	35,0	74,0
16	Р.Р.	5,1	8,4	4,1	7,4	3,7	8,2	3,1	6,4	4,0±0,73	7,6±0,79	40,0	76,0
17	Х.Б.	4,6	8,3	4,0	6,5	4,5	8,6	3,2	7,2	4,1±0,55	7,7±0,84	41,0	77,0
18	Т.С.	2,1	6,0	3,3	6,9	3,3	6,5	2,4	6,6	2,8±0,53	6,5±0,32	28,0	65,0
19	Д.С.	3,5	6,4	3,7	8,0	3,7	6,8	2,7	7,4	3,4±0,41	7,1±0,61	34,0	71,0
20	Т.Э.	4,1	7,6	4,6	7,3	4,6	7,2	3,8	7,2	4,3±0,34	7,3±0,16	43,0	73,0
21	Д.А.	5,2	8,6	4,7	7,6	4,7	8,9	4,7	7,4	4,8±0,21	8,1±0,64	48,0	81,0
22	С.А.	4,3	8,1	5,1	7,4	5,1	8,7	4,4	6,7	4,7±0,37	7,7 ±0,74	47,0	77,0
23	Н.В.	5,1	8,7	5,5	7,2	5,5	8,1	3,1	7,0	4,8±0,99	7,8±0,69	48,0	78,0
Итого	(x±g)	4,2±0,86	7,7±0,97	4,1±0,66	7,6±0,62	3,9±0,99	8,0±0,77	3,5±0,64	7,0±0,58	4,0±0,56	7,6 ±0,49		
	%	42,0	77,0	41,0	76,0	39,0	80,0	35,0	70,0	40,0	76,0	39,6	75,6

## Приложение Ц

### СВОДНАЯ ВЕДОМОСТЬ

экспертной оценки (3 эксперта, по пять наблюдений на каждом этапе, сведенная средняя оценка) технико-тактической подготовленности девушек-курсантов контрольной группы в течение первого (1 этап) и второго (заключительный этап) курсов обучения, взвода № 333 2 курса. Специальность 080101 Экономическая безопасность

№ п/п	ФИО	Показатели технико-тактической оценки											
		выполнение действий (приемов)		уход от захватов		выведение из равновесия		маневрирование		итоговая средняя оценка (x±g)		% итоговой от возможного	
		1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.	1 этап	закл.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
1	А.А.	2,7	7,4	3,2	4,8	2,8	5,1	2,9	5,8	2,9±0,17	5,8±1,00	29,0	58,0
2	Ш.Х.	3,9	8,2	4,3	6,5	3,5	4,8	3,6	5,7	3,8 ± 0,31	6,3±1,25	58,0	63,0
3	М.И.	3,6	7,9	3,1	5,1	3,9	5,3	3,4	5,4	3,5± 0,29	5,9±1,14	35,0	59,0
4	Ю.А.	4,1	7,4	4,2	4,8	4,1	5,8	4,7	5,8	4,3±0,25	6,0±0,93	43,0	60,0
5	Ш.П.	2,8	6,5	2,8	5,3	2,8	6,3	3,0	6,1	2,8± 0,09	6,1±0,45	28,0	61,0
6	М.А.	3,2	6,9	3,3	4,7	3,5	5,1	3,5	6,3	3,4±0,12	5,8±1,12	34,0	58,0
7	В.В.	3,4	8,0	4,2	4,6	3,1	4,8	3,2	5,1	3,5±0,43	5,6±1,40	35,0	56,0
8	А.А.	4,7	7,3	3,3	4,7	4,7	5,3	4,9	6,9	4,4±0,64	6,1±1,08	44,0	61,0
9	В.С.	3,3	7,6	3,4	5,8	3,6	5,9	3,5	6,5	3,5±0,11	6,5±0,71	35,0	65,0
10	Н.К.	4,5	7,4	3,9	4,5	4,5	5,8	4,8	6,8	4,4±0,33	6,1±1,10	44,0	61,0
11	М.В.	3,7	7,0	4,6	6,2	3,7	6,4	3,6	5,8	3,9±0,41	6,4±0,43	39,0	64
12	С.Т.	4,0	6,9	3,8	4,5	4,0	6,7	4,2	5,9	4,0±0,12	6,0±0,94	40,0	69,0

Продолжение приложения Ц

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14
13	Р.Д.	3,7	7,0	3,5	6,5	3,5	5,8	3,8	6,9	3,6±0,34	6,5±0,47	36,0	65,0
14	М.И.	3,1	6,2	3,8	5,1	3,9	6,7	4,7	6,1	3,9±0,57	6,0±0,58	39,0	60,0
15	С.В.	3,4	6,3	4,2	6,8	4,1	6,4	3,1	5,3	3,7±0,56	6,2±0,55	37,0	62,0
16	А.Е.	3,1	6,4	3,3	5,3	2,8	5,8	3,0	5,4	3,1±0,18	5,7±0,43	31,0	57,0
17	С.С.	3,2	7,2	3,4	4,7	3,5	6,5	3,4	6,4	3,4±0,18	6,2±0,92	34,0	62,0
18	Е.И.	2,4	6,6	3,9	4,8	3,1	6,4	3,5	5,6	3,2±0,55	5,9±0,71	32,0	59,0
19	К.С.	2,7	7,4	4,6	4,7	4,7	5,1	3,2	5,4	3,8±0,87	5,7±1,04	38,0	57,0
20	В.А.	3,8	7,2	3,8	5,8	3,7	4,9	2,4	6,2	3,4±0,59	6,0±0,82	34,0	60,0
21	Е.А.	4,7	7,4	3,3	5,5	3,3	6,5	3,6	5,4	3,7±0,58	6,2±0,81	37,0	62,0
22	Б.В.	3,1	6,7	2,8	6,2	2,7	4,8	3,8	5,7	3,1±0,41	5,9±0,70	31,0	59,0
ИТОГО	(x±g)	3,5±0,38	7,1±0,52	3,7±0,52	5,3 ±0,74	3,9±0,81	5,7±0,66	3,6±0,63	5,5 ±0,52	3,6±0,43	6,0±0,24		
	%	35,0	71,0	37,0	53,0	39,0	57,0	36,0	55,0	36,0	60,0	36,9	60,8



