

ПРИМЕНЕНИЕ УДАРНОЙ ТЕХНИКИ И ПРИЕМОВ СПОРТИВНОЙ БОРЬБЫ НА СОРЕВНОВАНИЯХ ПО РУКОПАШНОМУ БОЮ

Рукопашный бой – один из динамично развивающихся видов комплексных единоборств, где применяются техника нанесения ударов (бокс, каратэ и др.) и техника спортивной борьбы (дзюдо, самбо и др.). Совмещение техники нанесения ударов с приемами спортивной борьбы на соревнованиях по рукопашному бою обусловлено необходимостью подготовки личного состава силовых структур к экстремальным ситуациям. В процессе совершенствования спортивного мастерства рукопашников повышается точность и эффективность нанесения ударов, надежность выполнения бросков и других приемов борьбы, что меняет соотношение применяемой техники единоборств.

Рассмотрим соотношение применяемой техники нанесения ударов и приемов спортивной борьбы на соревнованиях по рукопашному бою среди учреждений высшего образования силовых структур Республики Казахстан с использованием методов анализа научно-теоретической и методической литературы, видео- и нотационной записи соревновательной деятельности, математической статистики. По результатам исследований, применение техники нанесения ударов руками составляет более 50 % общего числа применяемой техники единоборств на соревнованиях по рукопашному бою, тогда как на удары ногой приходится 21–22 %, на броски – 21–22 %, а приемы, выполняемые в борьбе «лежа» (удержания, удушающие и болевые приемы), составляют 6–8 % общего количества технических действий. Из приемов спортивной борьбы наиболее часто на соревнованиях по рукопашному бою выполняются броски захватом ног (25 % общего количества). Эффективно применяются боковые подсечки – 15,3 %, зацепы голенью изнутри – 7,7 %, броски через спину – 7,3 %, задняя подножка – 5,5 %, боковой и передней переворот – 5,1 %, передняя подножка – 3,2 %, подсады и броски через грудь – 2,3 % общего количества бросков. В борьбе «лежа» выполняются удержания – 17,4 %, болевые и удушающие захваты – 9,1 %, все остальные действия – 2,1 %. На соревнованиях по рукопашному бою применялись также комбинационные действия и серии нанесения ударов, в большинстве случаев их начинали с ударов руками (более 60 %), менее интенсивно с бросков и ударов ногами.

На первый взгляд, активность применения приемов спортивной борьбы в рукопашных поединках низкая. Такое впечатление складывается, потому что техника борьбы по показателям применимости значительно уступает технике нанесения ударов. По результатам ранее нами проведенных исследований установлено, что частота (активность) применения приемов в спортивной борьбе сравнима с частотой применения техники борьбы в рукопашных поединках при более высокой общей активности выполнения приемов (удары, броски) в рукопашном бою. Это объясняется, по нашему мнению, высокой энергоемкостью технических действий борцов, так как при выполнении приемов борьбы приходится преодолевать силовое противодействие противника. Тогда как нанесение ударов можно проводить более часто, используя как вариант «маневра» в тактической игре, сберегая силы для активных действий в захвате. По мере роста спортивного мастерства возможности достижения победы только за счет нанесения ударов возрастают, что также снижает показатели применимости приемов борьбы. Кроме того, при встрече равных соперников больше внимания уделяется надежности приемов и рационализации действий, что отражается на снижении активности (частоты) выполнения приемов борьбы. Например, в исследованиях О.Е. Бектурганова установлено, что в поединках (по самбо), которые выигрываются с минимальным преимуществом, значительно уменьшается частота и арсенал применяемых приемов.

Соревнования по рукопашному бою проводятся в основном в рамках состязаний личного состава силовых структур и используются как эффективное средство психофизической и технико-тактической подготовки к экстремальным ситуациям. По нашему мнению, для того, чтобы этот вид прикладного единоборства (военно-прикладного, служебно-прикладного) использовать в массовом спорте, в особенности для занятий детей школьного возраста, необходимо внести дополнительные изменения в правила соревнований и разработать специальную защитную экипировку для участников соревнований по рукопашному бою.

АКТУАЛИЗАЦИЯ ТЕХНИКО-ТАКТИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ АКАДЕМИИ МВД РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

В настоящее время успешные профессиональные действия сотрудника правоохранительных органов во многом определяются умением управлять своим эмоциональным состоянием, способностью мобилизоваться, техникой владения приемами самообороны и зависимостью от психофизических, морально-волевых качеств, технической и тактической подготовленности личности.

Следует отметить, что в условиях осложнения оперативной обстановки, в экстремальных ситуациях работники правоохранительных органов нередко проявляют растерянность и беспомощность, уступают правонарушителям в силе и ловкости, не умеют в тактическом отношении правильно применять боевые приемы борьбы. Такое тревожное положение свидетельствует о необходимости повышения роли не только физической, но и технико-тактической подготовки в системе профессиональной подготовки работников правоохранительных органов, и в первую очередь в учреждениях образования правоохранительных органов Республики Беларусь.

Под технической подготовкой сотрудников ОВД понимается степень освоения ими системы движений, направленной на задержание невооруженных или вооруженных правонарушителей при выполнении оперативно-служебных задач. Составляющими техники являются основные приемы и стойки, их модификации, сложные технико-тактические действия (комбинации и контрприемы), элементарные действия (захваты, выведения из равновесия, передвижения и т. п.), что свидетельствует о необходимости более активной технической подготовки на начальном этапе обучения. Недостатки технической подготовленности на ранних этапах не очень заметны, так как это может компенсироваться за счет высокого уровня физической подготовленности. Однако ошибки, пробелы в технике обнаруживаются даже у спортсменов высокого класса, причем их трудно, а иногда и невозможно исправить. Таким образом, с одной стороны, сформированный неправильный навык мешает созданию нового, правильного (отрицательный перенос навыка), с другой – время, удобное для формирования ловкости, являющейся основой техники, упущено. Следовательно уровень технической подготовленности курсанта является одним из определяющих в системе подготовки.

По мнению многих авторов и исходя из объективности рассматриваемого вопроса для совершенствования курсантами приемов самообороны необходимо, чтобы техника их выполнения отвечала следующим требованиям:

эффективности (определяется ее соответствием решаемым задачам и конечным результатом, соответствием уровню физической, технической, психической подготовленности);

стабильности (связана с ее помехоустойчивостью, независимостью от условий выполнения служебных задач, функционального состояния сотрудника);

вариативности (характеризуется способностью сотрудника к оперативной корректировке двигательных действий в зависимости от условий выполнения оперативно-служебных задач);

экономичности (тракуется рациональным использованием энергии при выполнении приемов и действий, целесообразным использованием времени и пространства);

минимальной тактической информативности техники (указывает противнику на важный показатель результативности при рукопашной схватке).

Соответствие уровня технической подготовленности курсантов перечисленным требованиям позволит впоследствии сотрудникам ОВД успешнее решать поставленные перед ними задачи по охране правопорядка. Тактическая подготовка курсантов образовательных учреждений МВД – педагогический процесс, направленный на овладение рациональными формами ведения поединка с правонарушителями в процессе оперативно-служебной деятельности сотрудников ОВД. В служебной деятельности сотрудников ОВД тактика самозащиты заключается и в определенной линии поведения и действиях сотрудников при защите от внезапного нападения преступников и их задержании. Тактика ведения рукопашной схватки складывается из тактики проведения технических действий (броски, удары и т. д.), тактики ведения схватки в целом.

Тактика ведения рукопашной схватки, по мнению специалистов в области боевой подготовки в учреждениях образования МВД Республики Беларусь, подразделяется на наступательную, контратакующую и оборонительную. Формы тактики сопряжены с характером определенной оперативной, боевой, конфликтной ситуации и в значительной мере определяются условиями ее решения. При этом выделяют индивидуальную и групповую формы тактических действий. Наступательная тактика предполагает захват инициативы способами подавления, угрозы, а также высокую активность в схватке и применяется с целью немедленного проявления преимущества или физического изматывания противника с подавлением его воли. Контратакующая тактика предполагает использование благоприятных моментов, возникающих при попытке остановить противника, для проведения запланированных действий. Оборонительная тактика предполагает сосредоточение внимания на защите, не проявляя активности в схватке, и, как правило, тактику остановки противника в случае допущения явной ошибки. Такая тактика применяется для восстановления своих сил или выигрыша времени. В служебной деятельности выбор той или иной тактики зависит от складывающейся обстановки.

На наш взгляд, наряду с совершенствованием основ тактической подготовки курсантов Академии МВД Республики Беларусь необходимо: постоянное пополнение и углубление знаний о закономерностях тактической подготовки, ее эффективных формах; обновление и углубление тактических умений и навыков; систематический сбор информации о предполагаемых противниках, разработка тактических замыслов по задержанию правонарушителей; воспитание тактического мышления.

Необходимо помнить, что совокупность форм и средств, избираемых сотрудником при применении физической силы и боевых приемов борьбы для разрешения служебно-боевых ситуаций, чрезвычайно специфична. Следовательно, и характер тактической деятельности, отражающийся в тактических (смысловых) компонентах, применяемых двигательных действий, специфичен и многообразен. Обусловлено это тем, что в индивидуальной или групповой тактической деятельности с применением физической силы детерминированность ответных действий часто отсутствует и последние носят, как правило, вероятностный характер. В условиях лимита времени одно или несколько действий не обязательно приводят к снятию возникшей конфликтной ситуации, а наоборот, обычно видоизменяют ее либо вызывают новую.

Достижение высоких результатов невозможно без совершенствования системы начального обучения, где важно заложить основы правильного выполнения технико-тактических действий. В теории этому вопросу уделено мало внимания, подавляющее большинство исследований проведено в сфере спорта высших достижений. Необходимо подчеркнуть, что особенно остро эта проблема стоит в области профессионально-прикладной подготовки в учебных заведениях правоохранительных органов, что отрицательно сказывается на эффективности подготовки высококвалифицированных специалистов.