

УДК 796

DOI: 10.34670/AR.2020.69.18.103

Методика обучения защитным действиям от ударов слушателей образовательных организаций МВД России

Кодзоков Азнаур Хасанович

Капитан полиции, старший преподаватель,
кафедра физической подготовки,
Северо-Кавказский институт повышения квалификации (филиал),
Краснодарский университет МВД России,
360030, Российская Федерация, Нальчик, ул. Мальбахова, 123;
e-mail: shmv1978@yandex.ru

Канукоев Астемир Мусович

Преподаватель,
кафедра физической подготовки,
Северо-Кавказский институт повышения квалификации (филиал),
Краснодарский университет МВД России,
360030, Российская Федерация, Нальчик, ул. Мальбахова, 123;
e-mail: shmv1978@yandex.ru

Аннотация

Обучение защитным действиям от ударов является важнейшим разделом физической подготовки в образовательных организациях МВД России, являя собой одну из главных составляющих технической оснащённости слушателей. При обучении защитным действиям от ударов слушателей необходимо помнить главный принцип данного приема – это не защита ради защиты, а средство активного вмешательства в атакующие действия правонарушителя. Противопоставляя защитные действия атакующим, слушатели должны принимать во внимание, что выполнение правильной защиты послужит исходной позицией для контратакующих действий. Так, защита уклоном, станет исходной позицией для ударного движения снизу или сбоку, а также одновременно обеспечит вход в захват и выполнение броска, целесообразного в сложившейся ситуации. Основой защитных действий от ударов является экономичность движений, которая направлена на сохранение энергии сотрудника, что позволит ему прийти в расслабленное состояние в момент принятия защиты (уклона, отклонения, нырка) и в последующем мышечным «взрывом» перейти в контратаку. При выборе способов защитных действий от ударов следует руководствоваться дистанцией, и сотрудник выбирает наиболее целесообразные приемы. Защитные действия от ударов довольно разнообразны и осуществляются посредством выполнения перемещений, уклонов, нырков, подставок и отбивов.

Для цитирования в научных исследованиях

Кодзоков А.Х., Канукоев А.М. Методика обучения защитным действиям от ударов слушателей образовательных организаций МВД России // Педагогический журнал. 2020. Т. 10. № 3А. С. 488-493. DOI: 10.34670/AR.2020.69.18.103

Ключевые слова

Слушатели, тактика, техника, боевые приемы борьбы, защитные действия.

Введение

Практика правоохранительной деятельности слушателей образовательных организаций МВД России свидетельствует о том, что исход каждой операции по пресечению преступных действий зависит, как от умения уверенно использовать освоенные навыки ударной техники, так и от уровня физической подготовленности в контексте формирования специальных двигательных навыков и развития основных физических качеств [Глубокий, 2018].

В числе профессионально важных двигательных навыков и умений выступают боевые приемы борьбы, действия со специальными средствами, направленные на задержание правонарушителей, а также умения и навыки, направленные на преодоление естественных и искусственных препятствий. Использование боевых приемов борьбы и специальных средств регламентируется Приказом МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», указывающий на то, что особое внимание в процессе физической подготовки слушателей должно уделяться отработке приемов самозащиты и умению успешно применять их в условиях поединка, когда использование табельного оружия не представляется возможным.

Основное содержание

При обучении защитным действиям от ударов слушателей необходимо помнить главный принцип данного приема – это не защита ради защиты, а средство активного вмешательства в атакующие действия правонарушителя.

Противопоставляя защитные действия атакующим, слушатели должны принимать во внимание, что выполнение правильной защиты послужит исходной позицией для контратакующих действий. Так, защита уклоном, станет исходной позицией для ударного движения снизу или сбоку, а также одновременно обеспечит вход в захват и выполнение броска, целесообразного в сложившейся ситуации [Агафонов, 2019].

Обучение защитным действиям от ударов является важнейшим разделом физической подготовки в образовательных организациях МВД России, являя собой одну из главных составляющих технической оснащенности слушателей. Таким образом, уровень технического мастерства слушателей обуславливается широким диапазоном ударов, а уровень боеспособности – арсеналом защитных действий. [Броев, 2019; Глубокий, Афанасьев, Струганов, 2019; Настуев, 2019]

Защитные действия от ударов призваны для:

1. Надежной защиты уязвимых мест на теле.
2. Быстрого перехода от защиты к контратаке и атаке путем предугадывания необходимого момента и выполнения соответствующих приемов.

Основой защитных действий от ударов является экономичность движений, которая направлена на сохранение энергии сотрудника, что позволит ему прийти в расслабленное состояние в момент принятия защиты (уклона, отклонения, нырка) и в последующем мышечным «взрывом» перейти в контратаку [Хажироков, 2018].

При выборе способов защитных действий от ударов следует руководствоваться дистанцией, и сотрудник выбирает наиболее целесообразные приемы:

1. Защиты при помощи рук, основная направленность которых состоит в нейтрализации ударных взаимодействий с противником, путем использования контрударов, подставок, отбивов и блоков.

2. Защиты при помощи туловища, основная направленность которых состоит в устранении взаимодействий с противником, путем использования уклонов, отклонов и нырков.

3. Защиты при помощи ног, основная направленность которых состоит в устранении контакта с противником, путем использования отходов для разрыва дистанции.

Все перечисленные приемы строятся на едином принципе – активной работе ног, что обеспечивает перемещение тела в пространстве и сохранение устойчивости; активной работе туловища, что обеспечивает уклонение от удара; активной работе рук, что обеспечивает готовность выполнения встречных и ответных ударов [Глубокий, Глубокая, 2019; Ярославский, 2018].

Защитные действия от ударов довольно разнообразны. Так, согласно Приказу МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации», защита от ударов руками, ногами, ножом или каким-либо предметом осуществляется посредством выполнения перемещений, уклонов, нырков, подставок и отбивов.

Защитные действия путем перемещения совершаются своевременным уходом с линии атаки и увеличением или сокращением дистанции сообразно сложившейся обстановке. Перемещения определяются ситуацией и могут выполняться:

- скачками вперед-в сторону, назад, в сторону, назад-в сторону;
- скользящими шагами вперед-в сторону, назад, в сторону, назад-в сторону.

Защитные действия путем перемещения основаны на быстроте и подвижности ног и требуют соответствующего чувства времени и дистанции, а также позволяют занять удобную позицию для любого ответного удара или контратаки [Овчинников, Гросс, Ленева, Агафонов, 2017].

Выполнение защитных действий с уклоном (в сторону и назад) состоит в своевременном отклонении туловища или частей тела с линии атаки.

Следует помнить, что защитные действия с уклоном являясь наиболее эффективным способом обороны, они освобождают руки для контратаки и позволяют сократить дистанцию для нанесения нужных ударов. Сотрудники, овладевшие на высоком уровне навыками защиты с помощью уклонов, смогут, сохраняя за собой инициативу наносить удары в открывшиеся уязвимые места противника, либо выполнить быстрое сближение, захват и бросок нападающего.

Выполнение защитных действий поворотом состоит в своевременном отклонении туловища или частей тела с линии атаки.

Защитные действия нырком состоят в выполнении движения вперед навстречу удару и уклона туловища вниз-в сторону.

Защитные действия нырком применяются от боковых ударов руками и ногами в голову. И здесь главная задача приема состоит в выполнении быстрой группировки тела с последующим выпрямлением, таким образом, чтобы не потерять нападающего из вида. Защищаясь, сотрудник должен находиться в устойчивом положении, чтобы обеспечить себе обратный возврат в боевую стойку или проведение контратаки.

Выполнение защитных действий подставкой обеспечивает остановку и блокирование бьющей конечности предплечьем, голенью или стопой.

Ценность защитных действий подставкой состоит в том, что, применяя их сотрудник может держать нужную дистанцию для нанесения противнику контрудара. Так, выполнение защитных действий подставкой выступают основным видом страховки в собственных атаках и эффективным средством перехода в контратаку.

Выполнение защитных действий отбивом обеспечивают отведение атакующей руки или ноги и предплечьем или голенью.

Выполнение защитных действий отбивом наиболее эффективны против прямых ударов руками и ногами, т.к. позволяют выводить нападающего из линии атаки для нанесения контрудара, а также выполнить захваты или броски.

Защитные действия от ударов ножом (или предметом) происходят в следующей последовательности: сначала выполняется уход перемещением с направления движения атакующей руки в сторону с подставкой или отбивом ее предплечьем, захватывают вооруженную руку противника, таким образом, чтобы исключить возможность свободного движения кисти с оружием, затем обозначается расслабляющий удар ногой, потом нападавшего обезоруживают и ограничивают свободу его передвижения.

После выполнения защитных действий от ударов сотруднику предстоит действовать сообразно сложившейся ситуации. Он выполняет ответные действия нанося удар (серию ударов) в уязвимое место рукой или ногой, проводит болевой прием на руку или бросок, разрывает дистанцию, использует специальное или подручное средство и наносит удар или извлекает оружие и ограничивает свободу передвижения нападавшего с угрозой его применения либо применяет его на поражение.

Заключение

Таким образом, применение защитных действий от ударов сотрудниками правоохранительных органов обуславливается как один из эффективных способов (после ударов руками и ногами) физического воздействия на правонарушителей в целях пресечения противоправных действий их задержания и преодоления противодействия законным требованиям.

Библиография

1. Приказ МВД России от 1 июля 2017 г. № 450 «Об утверждении Наставления по организации физической подготовки в органах внутренних дел Российской Федерации».
2. Агафонов А.И. Методика обучения курсантов и слушателей образовательных организаций системы МВД России технике ударов в рамках проведения секционных занятий по рукопашному бою // В сборнике: Актуальные вопросы совершенствования деятельности правоохранительных органов внутренних дел Российской Федерации Сборник тезисов и статей Международной научно-практической конференции. 2019. С. 3-4.
3. Броев А.Х. Организация и методика обучения сотрудников ОВД России ударам и защитным действиям в процессе их физической подготовки // Научное обозрение. Педагогические науки. 2019. № 6. С. 22-26.
4. Глубокий В.А. Методика обучения сотрудников полиции защите от ударов руками, ногами, ножом (предметом) // Научный журнал Дискурс. 2018. № 1 (15). С. 49-56.
5. Глубокий В.А., Глубокая М.В. Особенности формирования техники защитных действий от ударов у слушателей, обучающихся по программам профессиональной подготовки по должности служащего "Полицейский" // Научный компонент. 2019. № 1 (1). С. 107-113.
6. Глубокий В.А., Афанасьев А.В., Струганов С.М. Методика формирования у сотрудников полиции навыков защиты от ударов руками, ногами, предметом // Ученые записки университета им. П.Ф. Лесгафта. 2019. № 9

- (175). С. 40-43.
7. Мешев И.Х. Тактико-технические основы применения боевых приемов борьбы слушателями образовательных организаций МВД России // Образование. Наука. Научные кадры. 2019. № 1. С. 175-177.
 8. Настуев Э.Б. Некоторые аспекты совершенствования тактической подготовленности слушателей к боевым приемам борьбы и рукопашного боя // Образование. Наука. Научные кадры. 2019. № 3. С. 156-158.
 9. Овчинников В.А., Гросс И.Л., Ленева Ю.Б., Агафонов А.И. Совершенствование методики обучения сотрудников органов внутренних дел России технике ударов и защита от них // Вестник Волгоградской академии МВД России. 2017. № 2 (41). С. 119-123.
 10. Хажироков В.А. Совершенствование навыков ударной техники в процессе физической подготовки в образовательных учреждениях МВД России // Наука и спорт: современные тенденции. 2018. Т. 20. № 3 (20). С. 73-77.
 11. Черкесов Р.М. Средства и методы специальной силовой подготовки единоборцев // Образование. Наука. Научные кадры. 2019. № 1. С. 206-208.
 12. Ярославский М.А. Цели и средства функциональной тренировки // В сборнике: Физическое воспитание и спорт: актуальные вопросы теории и практики сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции. 2018. С. 299-304.

Methodology for training in protective actions against strikes by students of educational organizations of the Ministry of internal affairs of the Russian Federation

Aznaur Kh. Kodzokov

Police Captain, Senior Lecturer,
Department of Physical training,
North Caucasian Institute of Professional Development,
Krasnodar University of MIA RF,
360030, 123, Mal'khabova str., Nalchik, Russian Federation;
e-mail: shmv1978@yandex.ru

Astemir M. Kanukoev

Lecturer,
Department of Physical training,
North Caucasian Institute of Professional Development,
Krasnodar University of MIA RF,
360030, 123, Mal'khabova str., Nalchik, Russian Federation;
e-mail: shmv1978@yandex.ru

Abstract

Training in protective actions against strikes is the most important section of physical training in educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, being one of the main components of technical equipment of students. When training in protective actions against the blows of listeners, it is necessary to remember the main principle of this reception - it is not protection for the sake of protection, but a means of active intervention in the attacking actions of the offender. By opposing protective actions to attackers, listeners must take into account that performing the correct protection will serve as a starting point for counterattacking actions. Thus, the slope protection will become the initial position for the impact movement from the bottom or

side, as well as at the same time provide entry into the grip and execution of the throw expedient in the current situation. The basis of protective actions against blows is economy of movements, which is aimed at preservation of energy of the employee, which will allow him to come to a relaxed state at the moment of adoption of protection (slope, recoil, dive) and in the following muscle "explosion" to go into counterattack. When choosing methods of protective actions against blows, the distance should be guided, and the employee selects the most appropriate techniques. Protective actions against impacts are quite varied and are carried out by means of movements, slopes, dives, supports and flares.

For citation

Kodzokov A.Kh., Kanukoev A.M. (2020) Metodika obucheniya zashchitnym deistviyam ot udarov slushatelei obrazovatel'nykh organizatsii MVD Rossii [Methodology for training in protective actions against strikes by students of educational organizations of the Ministry of internal affairs of the Russian Federation]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 10 (3A), pp. 488-493. DOI: 10.34670/AR.2020.69.18.103

Keywords

Listeners, tactics, technique, fighting techniques of wrestling, protective actions.

References

1. Prikaz MVD Rossii ot 1 iyulya 2017 g. № 450 «Ob utverzhdenii Nastavleniya po organizatsii fizicheskoy podgotovki v organakh vnutrennikh del Rossijskoj Federatsii».
2. Agafonov A.I. Metodika obucheniya kursantov i slushatelej obrazovatel'nykh organizatsij sistemy MVD Rossii tekhnike udarov v ramkakh provedeniya sektionnykh zanyatij po rukopashnomu boyu // V sbornike: Aktual'nye voprosy sovershenstvovaniya deyatelnosti pravookhranitel'nykh organov vnutrennikh del Rossijskoj Federatsii Sbornik tezisev i statej Mezhdunarodnoj nauchno-prakticheskoy konferentsii. 2019. S. 3-4.
3. Broev A.KH. Organizatsiya i metodika obucheniya sotrudnikov OVD Rossii udaram i zashhitnym dejstviyam v protsesse ikh fizicheskoy podgotovki // Nauchnoe obozrenie. Pedagogicheskie nauki. 2019. № 6. S. 22-26.
4. Glubokij V.A. Metodika obucheniya sotrudnikov politsii zashhitam ot udarov rukami, nogami, nozhom (predmetom) // Nauchnyj zhurnal Diskurs. 2018. № 1 (15). S. 49-56.
5. Glubokij V.A., Glubokaya M.V. Osobennosti formirovaniya tekhniki zashhitnykh dejstvij ot udarov u slushatelej, obuchayushhikhsya po programmam professional'noj podgotovki po dolzhnosti sluzhashhego "Politsejskij" // Nauchnyj komponent. 2019. № 1 (1). S. 107-113.
6. Glubokij V.A., Afanas'ev A.V., Struganov S.M. Metodika formirovaniya u sotrudnikov politsii navykov zashhity ot udarov rukami, nogami, predmetom // Uchenye zapiski universiteta im. P.F. Lesgafta. 2019. № 9 (175). S. 40-43.
7. Meshev I.KH. Taktiko-tekhnicheskie osnovy primeneniya boevykh priemov bor'by slushatelyami obrazovatel'nykh organizatsii MVD Rossii // Obrazovanie. Nauka. Nauchnye kadry. 2019. № 1. S. 175-177.
8. Nastuev E.H.B. Nekotorye aspekty sovershenstvovaniya takticheskoy podgotovlennosti slushatelej k boevym priemam bor'by i rukopashnogo boya // Obrazovanie. Nauka. Nauchnye kadry. 2019. № 3. S. 156-158.
9. Ovchinnikov V.A., Gross I.L., Leneva YU.B., Agafonov A.I. Sovershenstvovanie metodiki obucheniya sotrudnikov organov vnutrennikh del Rossii tekhnike udarov i zashhitam ot nikh // Vestnik Volgogradskoj akademii MVD Rossii. 2017. № 2 (41). S. 119-123.
10. KHazhirokov V.A. Sovershenstvovanie navykov udarnoj tekhniki v protsesse fizicheskoy podgotovki v obrazovatel'nykh uchrezhdeniyakh MVD Rossii // Nauka i sport: sovremennye tendentsii. 2018. T. 20. № 3 (20). S. 73-77.
11. CHerkesov R.M. Sredstva i metody spetsial'noj silovoj podgotovki edinobortsev // Obrazovanie. Nauka. Nauchnye kadry. 2019. № 1. S. 206-208.
12. YARoslavskij M.A. TSeli i sredstva funktsional'noj trenirovki // V sbornike: Fizicheskoe vospitanie i sport: aktual'nye voprosy teorii i praktiki sbornik materialov Vserossijskoj nauchno-prakticheskoy konferentsii. 2018. S. 299-304.