

## ПЕДАГОГИКА

*Гусев Андрей Анатольевич*

канд. пед. наук, начальник кафедры  
ФГКУ ДПО «Тюменский институт повышения  
квалификации сотрудников МВД России»  
г. Тюмень, Тюменская область

### **ОСОБЕННОСТИ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ КРУГОВОГО МЕТОДА ДЛЯ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ НАВЫКОВ БОЕВЫХ ПРИЕМОВ БОРЬБЫ У СОТРУДНИКОВ ОВД**

*Аннотация:* в статье на примере слушателей ТИПК МВД России приведено практическое обоснование использования кругового метода в учебно-тренировочном процессе физической подготовки для совершенствования боевых приемов борьбы. Автор подтверждает гипотезу эффективности формирования навыков боевых приемов борьбы.

*Ключевые слова:* физическая подготовка, сотрудники ОВД, круговой метод, боевые приемы борьбы, совершенствование навыков.

В настоящее время сотрудники ОВД все чаще подвергаются различным криминальным опасностям. В этой связи достаточно актуальной является деятельность по выявлению эффективных методов формирования у них навыков боевых приемов борьбы. Преподавателями кафедры физической подготовки сотрудников ОВД проводятся исследования с целью выявления эффективных методов формирования навыков боевых приемов борьбы у слушателей ТИПК МВД России.

Ведущей идеей данного исследования было предположение, что активное использование кругового метода на занятиях по физической подготовке будет способствовать эффективному формированию навыков боевых приемов борьбы у сотрудников ОВД. Для реализации поставленной цели, а также подтверждения

гипотезы нами использовались следующие методы: анализ научно-методической литературы; тестирование; педагогический эксперимент; методы математической статистики. Исследование проходило в период с октября 2014 г. по февраль 2015 г. в ТИПК МВД России. В исследовании приняло участие 18 слушателей, разделенных на экспериментальную группу (ЭГ) и контрольную группу (КГ).

Представители КГ и ЭГ занимались по идентичным программам физической подготовки. Для обучения приемам в ЭГ активно использовался круговой метод [1, с. 170]. На первой «станции» выполнялась атака «захват за отворот одежды одной рукой при подходе спереди». Тестируемый должен был выполнить бросок «задняя подножка». На второй «станции» выполнялась атака «удар ножом снизу». Тестируемый должен был выполнить «рычаг руки наружу» [2, с. 56]. На третьей «станции» выполнялась атака «удар рукой сбоку в голову». Тестируемый должен был выполнить защиту «нырком».

С целью выявления эффективности использования кругового метода проводилось тестирование уровня владения навыками приемов борьбы слушателей по двум тестам на первых занятиях и в конце программы обучения.

#### 1. Скорость выполнения приема.

В качестве тестируемого приема был выбран «бросок через бедро». Тестируемый занимал место в центре борцовского ковра. Ассистенты строились в колонну лицом к тестируемому. По сигналу преподавателя ассистенты поочередно начинали атаковать тестируемого строго оговоренными приемами. За минимальное время тестируемый должен был пять раз технически правильно выполнить заданные приемы защиты.

#### 2. Количество приемов за 1 минуту.

В этом тесте использовался прием «освобождение от захвата за отворот одежды одной рукой спереди с использованием броска задняя подножка». Данный тест позволил выявить степень технической подготовленности, а также уровень координационной способности тестируемого, применяющего приемы защиты с преодолением нарастающего физического утомления. Согласно условия

выполнения, тестируемый занимал место в центре борцовского ковра. Тест выполняется в три подхода. Ассистенты были построены в одну колонну лицом к тестируемому. По сигналу преподавателя ассистенты поочередно начинали атаковать тестируемого строго оговоренным приемом нападения. За одну минуту тестируемый должен был технически правильно выполнить максимальное количество раз заданный прием защиты. По команде экзаменатора «стоп», подсчитывалось количество приемов, выполненных за одну минуту в каждом подходе. Результаты фиксировались и вносились в таблицу.

Таблица 1

Результаты тестирования быстроты выполнения приёма «Бросок через бедро» за период эксперимента

	Начало эксперимента		Конец эксперимента	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
$\bar{x}$	3,7	3,9	2,5	3,4
t	1,93		5,3	
P <sub>0</sub>	>0,05		<0,01	

Из таблицы видно, что если в начале эксперимента представители из обеих групп имели примерно одинаковые результаты в скорости выполнения приема «бросок через бедро», то спустя несколько месяцев занятий стало очевидным преимущество ЭГ по сравнению с КГ, различия достоверны на высоком уровне значимости.

При математической обработке результатов итогового тестирования быстроты выполнения приёма «Бросок через бедро» в ЭГ была получена величина  $t = 5,3$ . Полученное значение  $t$  больше граничного значения  $t$ -критерия Стьюдента для 5%-ного уровня значимости (2,31) при числе степеней свободы  $f = 8$  ( $t < 0,05$ ). Полученное  $t = 5,3$  при  $p < 0,05$  означает, что при проведении 100 аналогичных экспериментов вероятность ( $p$ ) получения подобных результатов больше 95 случаев из 100.

Следовательно, различия между средними арифметическими значениями представителей ЭГ и КГ в данном тесте достоверны. Изменения, выявленные в

ЭГ в конце эксперимента значительны. Результаты представителей ЭГ в данном тесте превзошли результаты КГ в конце эксперимента на 26,5%.

Таблица 2

Результаты теста «Освобождение от захвата за отворот одежды одной рукой используя бросок «задняя подножка» за одну минуту

	Начало эксперимента		Конец эксперимента	
	ЭГ	КГ	ЭГ	КГ
$\bar{x}$	7,4	7,3	12,2	8,3
t	0,09		3,8	
Po	>0,05		<0,01	

При математической обработке результатов занимающихся ЭГ была получена величина  $t = 3,8$ . Полученное значение  $t$  больше граничного значения  $t$ -критерия Стьюдента для 5%-ного уровня значимости (2,31) при числе степеней свободы  $f = 8$  ( $t < 0,05$ ). Следовательно, различия между средними арифметическими значениями представителей ЭГ и КГ в данном тесте достоверны. Изменения, выявленные у представителей ЭГ в конце эксперимента значительны. Результаты представителей ЭГ в данном тесте превзошли результаты КГ в конце эксперимента на 31,7%.

Таким образом, проведенный эксперимент подтвердил гипотезу о том, что активное использование кругового метода в учебно-тренировочном процессе физической подготовки сотрудников полиции способствует эффективному формированию навыков боевых приемов борьбы.

### *Список литературы*

1. Троян Е.И. Использование метода круговой тренировки для развития профессионально-значимого физического качества – силовой выносливости в первоначальной физической подготовке слушателей ТИПК МВД России / Е.И. Троян [Текст] // Вестник Тюменского института повышения квалификации сотрудников МВД России. – №1(2). – 2014. – С. 169–173.

---

2. Троян Е.И. Обучение боевым приемам борьбы сотрудников органов внутренних дел, впервые принятых на службу [Текст]: учебно-методическое пособие / Е.И. Троян, А.А. Гусев, С.В. Катаргин. – Тюмень, ТИПК МВД России, 2013. – 182 с.

3. Волосников И.В. Использование базово-кустового метода для обучения боевым приемам борьбы слушателей образовательных учреждений МВД России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://cyberleninka.ru/article/n/ispolzovanie-bazovo-kustovogo-metoda-dlya-obucheniya-boevym-priemam-borby-slushateley-obrazovatelnyh-uchrezhdeniy-mvd-rossii>