

## УДОСКОНАЛЕННЯ ТЕХНІЧНИХ ДІЙ БОРотьБИ САМБО В ПАРТЕРІ (СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИЙ АСПЕКТ)

Ковальов І.М., Савінов О.В.

Харківський національний університет внутрішніх справ, Україна

**Анотація.** У статті надано методику удосконалення техніки ведення змагальної сутички в партері правоохоронцями України із використанням засобів термінової інформації.

**Ключові слова:** технологія, засоби термінової інформації, техніка боротьби самбо, правоохоронці.

**Постановка проблеми.** В процесі службово-бойової діяльності правоохоронців України можливі ситуації під час яких застосовуються заходи силового затримання правопорушника. Під час рукопашної сутички нерідко виникає необхідність ведення рукопашної сутички із злочинцем у партері, про що неодноразово свідчать дані аналітиків силових структур. По даним спеціалістів ОВС такі дії у свою чергу нерідко призводять до травматизму, поранень і навіть до загибелі правоохоронців України, що свідчить про необхідність та актуальність удосконалення техніки ведення рукопашної сутички у партері та техніки боротьби самбо в цілому.

**Аналіз літературних джерел,** Інтернет-сайтів свідчить про те, що вирішенням питань присвячених даній проблематиці займалися ряд авторів: Харлампієв А.А. (1965 р.) [5], Пархомович Г.П. (1993 р.) [2], Селівесторов С.А. (1999 р.) [4], Чуносів М.А. (2000 р.) [8], Іванов-Катанський С.А. (2003 р.) [1]. Дослідження цих авторів розглядають лише спортивні аспекти єдиноборств таких як: боротьба самбо, боротьба дзюдо, бойове самбо джиу-джитсу та інш., але слід зауважити, що саме дослідженням питань пов'язаних із удосконаленням техніки ведення рукопашної сутички в партері представниками силових структур приділено недостатньо уваги.

Дослідження техніки рукопашного бою (боротьби: самбо, дзюдо, бойового самбо) у партері провідних спортсменів-єдиноборців таких як: В.Савінов, Г.Зантарая, І.Васильчука, С. Чорного та інш., дозволить нам розробити ефективні моделі активної оборони, а у разі необхідності і нападу спрямованих на удосконалення даного напрямку технічної підготовленості правоохоронців.

Дослідження даного напрямку виконано у відповідності до плану НР кафедри спеціальної фізичної підготовки ХНУВС (м. Харків).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Останні наукові дослідження і публікації стосовно даної проблеми, акцентують увагу на різних складових ведення рукопашної сутички з правопорушниками. Низкою авторів: Шабето М.Ф. (1998 р.) [9], Чумаковим Е.М. (2000 р.) [7] розглядаються питання спрямовані на удосконалення техніки ведення рукопашної сутички у стійці. Дослідження проведені іноземними фахівцями даної галузі такими, як: Dr. Hans Muller (1982) [10], Horst Wolf (1983) [11], Kashiwazaki K., Nakanishi H. (1995) [12] - також підтверджують дане ствердження. Але слід зауважити, що дослідження даних авторів недостатньо приділяють уваги, а у деяких випадках ігнорують техніку ведення рукопашної сутички (єдиноборства) у партері, але праця Заслуженого тренера Росії з боротьби самбо Рудмана Д.Л. (1983 р.) [3] заслуговує уваги. У даній роботі детально розглядається техніка боротьби лежачи (на прикладі боротьби самбо).

**Формулювання цілей статті.** Визначити і обґрунтувати раціональну методику удосконалення техніки ведення рукопашної сутички в партері правоохоронцями України із використанням сучасних технічних засобів навчання в системі професійної освіти.

**Виклад основного матеріалу.** З метою ефективного вирішення поставлених перед нами завдань, у роботі було використано наступні методи досліджень: аналіз літературних джерел та узагальнення передового практичного досвіду, анкетування ведучих офіцерів підрозділів спеціального призначення силових структур України тренерів з єдиноборств, педагогічні спостереження, педагогічний експеримент, аналіз відеоматеріалів, аналіз Інтернет-ресурсів, крім цього враховувався власний досвід виступу на змаганнях різних рівнів з боротьби самбо, дзюдо, бойового самбо, рукопашного бою.

Для підтвердження ефективності розробленої нами методики було проведено педагогічний експеримент, який тривав на протязі 2014-2016 р.р., і проводився із курсантами ХНУВС (м.Харків) (n=30). Для підтвердження ефективності навчально-тренувальних занять з боротьби самбо та РБ, було визначено експериментальну групу ЕГ (n=15) та контрольну групу КГ (n=15). КГ - використовувала традиційну методику удосконалення техніки ведення рукопашної сутички в партері передбачену робочою навчальною програмою дисципліни «СФП». ЕГ - під час навчально-тренувальних занять з рукопашного бою (боротьби самбо, секційна робота) використовувала відеокомп'ютерну систему Vicon.

Компанія Vicon – визнаний світовий лідер по створенню оптичних систем захвату в реальному часі та оцифровки руху (Motion Capture). Апаратна частина та програмне забезпечення Vicon оптимізовані для роботи в анімації, медицині, спорті, інженерії, віртуальної реальності та суспільних науках.

Дана система дозволяє ефективно проводити порівняльний аналіз технічних дій ударно-кидкової техніки любого виду (стилю) єдиноборств (бойових мистецтв). Прикладна програма визначає швидкість виконання технічних дій єдиноборства, прискорення, рух загального центру маси, окремих біоланок людини, радіус виконання технічних дій і на основі отриманих даних будує порівняльні графіки. Нове схемне рішення Vicon полягає у її універсальності, мобільності та достовірності отриманих даних досліджень.

Застосування даної системи проводилося упродовж 40 навчально-тренувальних занять з боротьби самбо та рукопашного бою. У відповідності до анкетування та відеоаналізу матеріалів спортивних змагань з єдиноборств, силового захоплення правопорушників, визначено найбільш прийнятний арсенал технічних дій рукопашного бою необхідний для ведення рукопашної сутички із злочинцями в партері (Табл.1.1–1.2).

Використання інструментальних методів дослідження дозволило дослідити основні характеристики техніки прийомів задушення бойового розділу боротьби самбо (прискорення окремої біоланки, амплітуду, радіус, швидкість виконання технічних дій) спортсменами високої кваліфікації та курсантами ХНУВС.

Таблиця 1.1

**Найбільш ефективна техніка прийомів задушення бойового самбо спортсменів високої кваліфікації та курсантів ХНУВС**

| <b>Техніка прийомів задушення</b>                  | <b>Кількість</b> | <b>Ранг</b> |
|--|------------------|-------------|
| Прийом задушення двома відворотами зверху на спині | 12               | 2           |
| Прийом задушення відворотом і передпліччям збоку   | 18               | 1           |
| Прийом задушення передпліччям зі сторони голови    | 11               | 3           |
| <b><u>Всього:</u></b>                              | 41               |             |

Загальний аналіз дослідження техніки виконання прийомів задушення спортсменами високої кваліфікації та курсантів ХНУВС показав: дані технічні дії виконуються достатньо

часто і складає 19% від загальної кількості вибірки. Крім цього дослідження даної технічної дії у виконанні спортсменів високої кваліфікації показало, що вони витрачають на виконання прийомів в середньому  $27 \pm 4$ с, у свою чергу курсанти на виконання даної технічної дії витрачають у середньому  $41 \pm 5$ с. Слід зауважити, що у курсантів ХНУВС, 27 % прийомів задушення закінчується невдачею, тобто нормативний час 20 сек на виконання прийому задушення закінчується.

Таблиця 1.2

### Найбільш ефективна техніка больових прийомів боротьби самбо спортсменів високої кваліфікації та курсантів ХНУВС

| Техніка больових прийомів      | Кількість | Ранг |
|--------------------------------|-----------|------|
| Важіль ліктя                   | 12        | 1    |
| Ущемлення біцепса              | 6         | 2    |
| Ущемлення Ахіллового сухожилля | 4         | 4    |
| Важіль коліна                  | 3         | 5    |
| Ущемлення ікроніжного м'яза    | 5         | 3    |
| <b>Всього:</b>                 | <b>30</b> |      |

Слід зауважити, аналіз найбільш ефективної техніки больових прийомів службово-прикладних єдиноборств спортсменів високої кваліфікації та курсантів ХНУВС показав, що не дивлячись на високий рівень технічної майстерності, кількість застосування больових прийомів під час змагальних сутичок досить низька і складає 22% від загальної кількості досліджуваних сутичок. У свою чергу больові прийоми у 39 % випадків застосовують у стійці під час різних технічних дій по обеззброєнню, затриманню, конвоюванню злочинців та інш.). Крім цього використання інструментальних методів дослідження дозволило дослідити основні характеристики техніки больових прийомів боротьби самбо та інших єдиноборств спортсменами високої кваліфікації і курсантами ХНУВС.

Аналіз дослідження техніки виконання больового прийому важіль ліктя спортсменами високої кваліфікації та курсантів ХНУВС, що у середньому на виконання даної технічної дії спортсмени високої кваліфікації витрачають –  $21 \pm 5$ с, у свою чергу курсанти ХНУВС на виконання даної технічної дії витрачають  $39 \pm 7$ с. Слід зауважити, що у курсантів 13% больових прийомів закінчується невдачею, тобто нормативний час 20 сек. на виконання больового прийому закінчується. Дослідження техніки виконання больового прийому ущемлення біцепса спортсменами високої кваліфікації та курсантів ХНУВС показав: дана технічна дія виконується достатньо рідко і складає 5% від загальної кількості вибірки, причому із них 2% дану технічну дію застосовують у своїй практиці курсанти ХНУВС. Також дослідження даної технічної дії у виконанні спортсменів високої кваліфікації показало, що вони витрачають –  $37 \pm 3$  с, у свою чергу курсанти на виконання даної технічної дії витрачають  $43 \pm 5$  с. Слід зауважити, що у курсантів 20% больових прийомів закінчується невдачею, тобто нормативний час 20 сек. на виконання больового прийому закінчується.

Застосована нами система Vicon у поєднанні із диференційно – підібраними у відповідності до індивідуально типологічних особливостей технічними прийомами ,боротьби самбо значним чином підвищило ефективність силового затримання ЕГ ( $P < 0.05$ ). Результати дослідження впроваджені у практику СФП ХНУВС та ФВ та МВП НАНГУ (м. Харків).

**Висновки.** У відповідності до наших досліджень визначено і обґрунтовано раціональну методичку удосконалення техніки ведення рукопашної сутички в партері правоохоронцями із використанням СТЗН в системі професійної освіти. Крім цього, розроблено і впроваджено у практику фізичної та спеціальної фізичної підготовки НАНГУ та ХНУВС сучасний науковий інструментарій, засвоєно чисельні варіанти та способи застосування техніки боротьби самбо (в партері) для силового затримання правопорушників у різноманітних варіативно-

конфліктних ситуаціях службово-бойової діяльності правоохоронців. Розвинуто ситуаційне мислення та образне сприйняття дій тих, що навчаються, трансформовано навчальну техніку у бойову, гармонійно і всесторонньо розвинуто курсантів НАНГУ.

Отримані нами результати досліджень доцільно використовувати під час силового затримання і знищення злочинців, терористів, звільнення заручників, під час забезпечення правоохоронної діяльності.

**Перспективи** подальших розвідок у даному напрямку передбачають удосконалення техніки ударних дій в партері, розробки ефективної моделі силового затримання правопорушників, покращення рівня фізичної готовності правоохоронців. Крім цього планується удосконалити існуючий науковий інструментарій та розробити новий.

### Список використаних джерел

1. Иванов-Катанский С.А. Рукопашный бой : Теория и практика / Иванов-Катанский Сергей Анатольевич, Касьянов Тадеуш Рафаилович. - М.: Гранд - Фаир, 2003. - 551 с.
2. Пархомович Г.П. Основы классического дзюдо. (Учебное пособие для тренеров и спортсменов.) - Пермь, 1993. - 304 с.
3. Рудман Д.Л. Техника борьбы лежа. Защита. – М.: Физкультура и спорт, 1983. – 256 с.
4. Селиверстов С.А. Учебно-методическое пособие по самбо для спецподразделений милиции МВД России. - М.: ВНИИ МВД России, 1999. – 118 с.
5. Харлампиев А.А. Борьба самбо. 7-е изд. Учебное пособие для коллективов физкультуры. - М.: "Физкультура и спорт", 1965. – 389 с.
6. Хацаюк О.В. Методика формування навиків силового затримання правопорушників працівниками МВС України в системі професійної підготовки. Слобожанський науково-спорт. вісник. Вип. №9., X.: Ю Ей Интеллект, 2006. С.152-162.
7. Чумаков Е.М. 100 уроков самбо. – М.: ФАИР-ПРЕСС, 2000. – 400 с.
8. Чуносов М.А. Рукопашный бой. – Симферополь: Таврия, 2000. – 140 с.
9. Шабето М.Ф. Боевое самбо. Практическое пособие. – Мн.: „Современное слово”, 1998. - 484с.
10. Dr. Hans Muller – Deck, Prof. Dr. Gerhard Lehman. Jujo. Schulersport. – Sportverlag Berlin 1982.-P.274.
11. Horst Wolf. Judo fur Fortgeschrittene., Sportverlag Berlin, 1983, 143с.
12. Kashiwazaki K., Nakanishi H. Atacar en judo. Paidotribo Barselona 1995. - 162 p.

УДК 355.233.22; 796.8

## ТРАДИЦІЙНІ ТА СХІДНІ ЄДИНОБОРСТВА У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВВНЗ МО УКРАЇНИ

**Кузнецов М.В., Барашевський С.А., Пірожков В.І.  
Національна академія сухопутних військ, Україна**

**Постановка проблеми.** Безперервне вдосконалення бойової техніки, зброї та засобів ведення бойових дій, відповідальність, важкість та багатозначність завдань, які вирішуються, специфічні труднощі військової служби висувають підвищені вимоги до фізичної підготовленості військовослужбовців. Практика бойової підготовки підтверджує, що вимоги до фізичної підготовленості військовослужбовців різних видів і родів військ істотно відрізняються [5].

Особливостями фізичної підготовки курсантів ВВНЗ під час підготовки до бойових дій є: спрямованість фізичної підготовки на підвищення адаптаційних можливостей організму військовослужбовців до кліматично-географічних умов району ведення бойових дій;