

О НЕКОТОРЫХ ВОПРОСАХ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ ПРОЦЕССА ОБУЧЕНИЯ ПРИЕМАМ РУКОПАШНОГО БОЯ КУРСАНТОВ-ПОГРАНИЧНИКОВ

М.М. Коминч

Государственное учреждение образования «Институт пограничной службы
Республики Беларусь», г. Минск, Республики Беларусь
e-mail: ded.metak1@gmail.com

Актуальность. Анализ разделов типовой учебной программы высших военных учебных заведений свидетельствует о наличии проблемы формирования у курсантов профессионально-прикладной физической подготовленности. С одной стороны, отмечается вполне обоснованное содержание обучения курсантов, с другой, разобщенное функционирование составляющих его компонентов, которые не обеспечивают реальную физическую готовность курсантов к выполнению служебно-боевых задач в условиях боевой операции [1, 2]. Мнения специалистов об эффективных средствах, методах, путях и направлениях повышения профессионально-прикладной физической подготовленности курсантов высших военных учебных заведений значительно расходятся. Одни ученые считают высокий уровень развития физических способностей достаточным для успешного выполнения служебно-боевых задач. Другие убеждены в важности интегральных характеристик физической и психологической подготовленности военнослужащих, которые формируются в условиях моделирования боевых ситуаций и выявляются в комплексных тестовых заданиях [3].

Цель. Таким образом разрешения этого противоречия в процессе профессионально-прикладной физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений, подталкивает на поиск новых средств и способов, позволяющих быстро и эффективно реализовать специальные физические способности, профессионально-прикладные умения и навыки в обстановке, максимально приближенной к выполнению боевых задач.

Материалы и методы. В ходе проведения исследования был проведен анализ литературных источников. При обработке полученных результатов применялись методы математической статистики. На основе профессиографического исследования, проведенного в ОПС в 2011-2014 гг. (А.В. Козыревский, 2016), а также с учетом задач, стоящих перед выпускниками Института, в части касающейся сформированности навыков и умений применения физической силы, специальных средств и оружия автором были разработаны следующие комплексы специальных упражнений:

Комплекс специальных упражнений № 1 «Упражнения с пистолетом, ножом». Содержание комплекса: упражнения в ходьбе (ходьба по квадрату с принятием различных положений для стрельбы с пистолетом, выполнения переползаний, перекатов и кувырков с оружием), упражнения в беге (действия по командам: «Воздух!», «Нарушитель СПРАВА!, СЛЕВА!, С ТЫЛА!, ПО ФРОНТУ!»), упражнения на месте (выполнение разворотов с оружием на 90 градусов и 180 градусов с различных положений (стоя, с упором о колено, лежа), нанесение ударов ножом, условно-вольный поединок в парах (ножевой бой)).

Комплекс физических упражнений № 2 «Упражнения с автоматом». Содержание комплекса: упражнения в ходьбе (ходьба по квадрату с принятием различных положений для стрельбы с автомата, выполнения переползаний, перекатов и кувырков с оружием), упражнения в беге (действия по командам: «Воздух!», «Нарушитель СПРАВА!, СЛЕВА!, С ТЫЛА!, ПО ФРОНТУ!»), упражнения на месте (выполнение разворотов с оружием на 90 градусов и 180 градусов с различных положений (стоя, с упором о колено, лежа). Кроме этого, в содержание комплекса включались различные приемы и действия, которые обучающиеся должны были

выполнить по внезапно подаваемым сигналам (хлопку, свистку и т.д.) и командам «К БОЮ», «В УКРЫТИЕ», «ВОЗДУХ».

Комплекс физических упражнений № 3 «Упражнения с палкой резиновой (ПР-73)». Содержание комплекса: упражнения в ходьбе (ходьба по квадрату с принятием различных положений с палкой резиновой, выполнения переползаний, перекатов и кувырков с ней), упражнения в беге и упражнения на месте (выполнение в изготовке разворотов на 90 градусов и 180 градусов). Кроме этого, содержание комплекса включало ряд упражнений, приемов и действий с ПР-73, выполняемых в составе учебной группы.

Методика применения указанных выше комплексов предполагала их использование на каждом практическом занятии, независимо от темы занятия, с обучающимися ЭГ, в подготовительной и основной части занятия включалось выполнение одного из комплексов (№ 1, № 2 или № 3) (рисунок 1.). При организации обучающихся в подготовительной части руководитель занятия предупреждал, что в процессе занятия будут подаваться внезапные команды, и оговаривал действия, выполняемые по этим командам, например, одно из следующих упражнений:

1 упражнение – услышав команду «Нарушитель СПРАВА! (СЛЕВА!, С ТЫЛА!, ПО ФРОНТУ!)», как можно быстрее «Перевести оружие в боевое положение и изготовиться для стрельбы».

Повторим, для стимулирования активности обучающихся использовался соревновательный метод. Обучающийся, выполнивший необходимое действие последним, и те, кто не выполнил действие или перепутал команды, выполняют 25 сгибаний и разгибаний рук в упоре лежа и т.д.

Основная часть практического занятия, с курсантами ЭГ и КГ проводилась согласно теме занятия учебной программы.

Повторим, что применение методики повышения эффективности практических занятий и тренировок пограничников в процессе целенаправленной специальной физической подготовки в ЭГ осуществлялось в течение трех серий формирующего эксперимента с сентября 2018 по май 2019 (всего 67 практических занятий).



Рисунок 1 – Структура повышения эффективности практических занятий по физической подготовке за счет увеличения моторной плотности

Необходимо отметить, что применение в каждой структурной части практического занятия по физической подготовке рассмотренных выше комплексов специальных упражнений обеспечивало достижение целевого компонента без дополнительного увеличения лимита времени, что позволило оптимизировать и интенсифицировать образовательный процесс по учебной дисциплине «Профессионально-прикладная физическая подготовка».

Отметим, что курсанты ЭГ, прошедшие специальную подготовку, достигли, в целом, более высокого уровня готовности к ведению рукопашной схватки. Результаты полученных данных в таблице 1 подтверждают это. Комплексы специальных упражнений способствуют развитию и совершенствованию навыков рукопашного боя приобретенных на практических занятиях.

Таблица 1 – результаты специальной физической подготовленности

Измеряемые показатели, единицы измерения	Виды срезв	ЭГ (n-24)		КГ (n-24)		Различия (между группами) 1-2
		М	m	М	m	
Выполнение приемов РБ в обычных условиях	исходный	6,75	0,27	6,83	0,32	<0,05
	итоговый	8,96	0,11	7,46	0,16	>0,001
Различия (внутри групп)		>0,001		<0,01		

Вывод. Таким образом, полученные результаты свидетельствуют, в целом, о невысокой эффективности стандартных методик физического совершенствования военнослужащих, используемых в Институте, что, как мы полагаем, связано, с одной стороны, с низкой моторной плотностью занятий, с другой – указывает на необходимость научного поиска, обоснования, апробации и внедрения в физическую подготовку новых средств, методов и методик в целом, физического совершенствования военнослужащих, так как, показывает практика, средства и методы физического воспитания, спортивной теории и практики, мало эффективны в военном деле. Отметим, что, на наш взгляд, частичному и успешному решению указанных проблем может способствовать использование в образовательном процессе Института по профилю кафедры комплексов специальных упражнений № 1, № 2 и № 3, эффективность которых достоверно доказана.

Использованная литература

1. Горелов, А.А. Основы специальной физической подготовки летного состава. СПб, 1993. - 144 с.
2. Демьяненко, Ю.К. О направлении научных исследований по проблемам физической подготовки военнослужащих на современном этапе // Теория и практика физической подготовки. 1995. - №2. -С. 125-128.
3. Шустин, Б.Н. Моделирование в спорте: Автореф. дис. . докт. пед. наук. -М., 1995.-82 с.

МЕЖДУНАРОДНОЕ ОЛИМПИЙСКОЕ ДВИЖЕНИЕ В СТОЛКНОВЕНИИ С КРИЗИСАМИ ОЛИМПИЗМА

И.И. Круглик

Филиал в г. Минске, Российский государственный
социальный университет

УО «Академия управления при Президенте Республики Беларусь»
e-mail: kruglik.ivan@mail.ru

Актуальность. Олимпийские игры как самые крупные международные соревнования, являются важным событием в жизни профессиональных спортсменов и мирового культурного сообщества, являются частью мировой культуры, частью «Бизнес индустрии, различных международных брендов». Международное