

Список бібліографічних посилань

1. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26.01.2016 № 50. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0260-16> (дата звернення: 20.03.2018).
2. Словник української мови. URL: <http://vseslova.com.ua> (дата звернення: 20.03.2018).
3. Власенко І. В., Шевченко Т. В. Врахування експлуатаційних якостей бронежилетів у службово-бойовій діяльності поліцейських // Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України : зб. наук. пр. Харків : ХНУВС, 2017. С. 70–75.

Надійшла до редколегії 16.04.2018

УДК 796.05:351.74(477)

К. С. ГРОЗАН,

курсант третього курсу факультету № 2

Харківського національного університету внутрішніх справ

Науковий керівник:

О. А. Яреценко, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,

доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки факультету № 2

Харківського національного університету внутрішніх справ

ВИВЕДЕННЯ З РІВНОВАГИ ЯК ОBOB'ЯЗKOBA УMOBA УСПІШНОГО ОБЕЗЗБРОЄННЯ ПPABOПOPУШНИКА, ОЗБРОЄНОГО НОЖЕМ

Розкрито проблеми підвищення якості навчання прийомам затримання правопорушників, озброєних холодною зброєю шляхом використання відповідних різноманітних спеціально-підготовчих і допоміжних вправ координаційної спрямованості, а також їх впровадження у навчально-тренувальний процес закладів вищої освіти системи МВС України.

Ключові слова: *заходи поліцейського примусу, виведення з рівноваги, спеціально-підготовчі і допоміжні вправи координаційної спрямованості, імітаційне моделювання екстремальних ситуацій в навчальному процесі.*

В умовах складної криміногенної обстановки, характерної для теперішнього часу, провідна роль в забезпеченні громадського порядку належить Національній поліції України. При цьому її працівникам нерідко доводиться вдаватися до застосування заходів поліцейського примусу. Мусимо констатувати, що останнім часом випадки злісної непокори і збройного опору працівникам поліції з боку правопорушників почастишали. Більше того, спостерігаються раптові напади на працівників правоохоронних органів з метою зведення рахунків або заволодіння зброєю. Наявність по-справжньому бойових зіткнень із злочинними елементами свідчить про те, що питання про самозахист працівників поліції сьогодні набуває особливої гостроти. Немає ніякого сумніву в тому, що ефективність виконання при цьому необхідних законних дій майже повністю залежить від рівня спеціальної фізичної підготовленості поліцейських.

Постановка проблеми та аналіз публікацій. У зв'язку з наявністю активного спротиву працівникам поліції з боку правопорушників кількість її працівників, які загинули або отримали поранення при виконанні професійно-службових обов'язків продовжує зростати. Лише за 2017 рік кількість працівників Національної поліції в Україні постраждалих від зіткнень із озброєними правопорушниками перевищило 1500 чоловік. Науковий аналіз результатів оперативно-службової діяльності та надзвичайних пригод, пов'язаних із загибеллю та пораненнями працівників поліції переконливо свідчить про те, що професійно-прикладна фізична підготовленість особового складу поліції не відповідає високим вимогам, що пред'являються до нього. Методичним проблемам щодо підвищення якості навчання курсантів вищих освітніх закладів системи МВС України прийомам

затримання правопорушника, озброєного холодною зброєю приділено особливу увагу в дослідженнях В. І. Плиско, В. В. Сергієнко, О. А. Ярещенко. Питання навчання елементам боротьби, зокрема кидкам, в т.ч. прийомам виведення супротивника з рівноваги також аналізувалися в роботах І. М. Ковальова, А. В. Гладнікова, О. В. Сопіна, О. Журавля, А. Г. Старостенко та А. А. Хлопіна.

Ціль дослідження. На основі аналізу науково-методичної літератури, а також передового досвіду викладання навчальної теми із спеціальної фізичної підготовки щодо захисту від озброєних правопорушників запропонувати ефективне вирішення проблеми підвищення якості навчання курсантів вищих закладів освіти системи МВС України прийомам затримання правопорушників, озброєних холодною зброєю шляхом впровадження в навчально-тренувальний процес спеціально-підготовчих і допоміжних вправ координаційної спрямованості.

Виклад основного матеріалу. Діяльність працівника поліції в ситуації силової відсічі злочинам і правопорушникам пред'являє високі вимоги до його спеціальної працездатності. В процесі силового затримання правопорушника поліцейському необхідно виконати своєчасні та точні складно-координаційні дії в екстремальних умовах. Алгоритмом затримання передбачається захват правопорушника, виведення його з рівноваги, кидкова дія або перекидання за допомогою больової дії (важеля), обеззброєння, надягання кайданків, поверхнева перевірка і переміщення правопорушника в районний відділ поліції.

Вивчення результатів професійно-службової діяльності працівників поліції довели необхідність підвищених вимог до рівню розвитку їх координаційних здібностей, вмінь і навичок. Тому високий рівень координації рухів – фундаментальна вимога к такого роду діяльності. Дана проблема існує і в системі вищих закладів освіти МВС України. В зв'язку з цим кафедра спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 ХНУВС веде постійний пошук більш ефективних вправ, що допомагали би розвивати та вдосконалювати координаційні та швидко-силові якості майбутніх поліцейських і сприяли успішному вирішенню проблеми, вказаної вище. За нашою думкою, такого роду вправи повинні розвивати у них наступні професійно важливі якості, вміння та реакції, а саме:

- 1) швидку і точну рухову реакцію на об'єкт, що рухається, а також на неочікуване порушення рівноваги;
- 2) вміння пристосовувати власні рухи до даного постійного темпу або такого, який змінюється;
- 3) вміння визначати різноманітні ступені тиску ззовні;
- 4) вміння координувати рухи з процесами сприйняття;
- 5) вміння одночасного виконання руками і ногами координованих точних рухів;
- 6) вміння пристосовувати темп власних рухів до постійного темпу або такого, що істотно змінюється під впливом ззовні.

Досвід викладання спеціальної фізичної підготовки в ХНУВС свідчить про те, що на заняттях з курсантами 2–4 курсів з тематиці, пов'язаної з обеззброєнням і затриманням правопорушників досі не приділялося достатньої уваги спеціально-підготовчим і допоміжним вправам, котрі дозволяють більш ефективно засвоїти техніку обеззброєння та затримання озброєних різноманітними видами холодної та іншої зброї правопорушників (зокрема бітами, ланцюгами, ножами, палками тощо). Рішення даного протиріччя (воно полягає в тому, що на заняттях одразу викладається питання впливу важеля на озброєну руку правопорушника без попереднього засвоєння спеціально-підготовчих і допоміжних вправ, завдяки чому поліпшується засвоєння техніки виконання обеззброєння в цілому) пов'язується з підвищенням рівня методичного забезпечення навчального процесу зі спеціальної фізичної підготовки за рахунок впровадження до нього останніх досягнень і рекомендацій спортивної науки і практики.

У наш час увага викладачів, тренерів і вчених до рішення такого навчального завдання як вдосконалення координаційно-рухових вмінь і навичок значно посилилась. Координаційна тренуваність у прикладному відношенні залишається недостатньо

розробленим розділом методики викладання спеціальної фізичної підготовки. Саме тому в навчальний процес в ХНУВС сьогодні впроваджуються спеціально-підготовчі і допоміжні вправи координаційної спрямованості для поліпшення вмінь обеззброєння, які підвищують рівень професійної підготовленості майбутніх поліцейських до впевненого застосування ними заходів поліцейського примусу.

З практичного досвіду експертів правоохоронної діяльності випливає, що працівник правоохоронних структур повинен мати швидку реакцію і досконало володіти технічними діями обеззброєння та затримання правопорушника. З цією метою на заняттях із спеціальної фізичної підготовки в ХНУВС застосовуються імітаційні моделі екстремальних ситуацій, де курсанти по черзі виконують атакуючі дії з використанням холодної зброї (ножа). Експертами кафедри спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 ХНУВС оцінювався процент успішно відбитих атак від їх загальної кількості. В результаті аналізу набутих в ході дослідження даних виявлена тенденція поліпшення результатів. За допомогою методу математичної статистики доведений вплив рівня розвитку координаційних здібностей на результативність рішення складних координаційно-рухових завдань в умовах значного психоемоційного перевантаження.

Виходячи з алгоритму обеззброєння правопорушника після успішного уходу з лінії атаки перед застосуванням кидкової техніки або больового впливу за допомогою важеля руки, необхідно виконати виведення правопорушника з рівноваги. Ось чому на заняттях із спеціальної фізичної підготовки приділяється максимальна увага відпрацюванню виведення супротивника із рівноваги. Вирішення цього завдання досягається шляхом впливу на площу опори та центр ваги опоненту через зміщення проекції центру його ваги вбік.

Існує три види рівноваги тіла: стале, нестале і центроване. Зауважимо, що під час сутички суперники майже ніколи не знаходяться в положенні центрованої рівноваги, доволі рідко – в сталому, більш всього – в несталому. Це вимагає великих м'язових зусиль і значного розходу енергетичних ресурсів. Напруження м'язової системи тим більше, чим більш нестале положення того, хто займається. Біомеханічним критерієм ступеню сталості тіла являється місце розміщення його загального центру мас (ЗЦМ), причому будь-які, навіть малозначимі зміщення ЗЦМ відносно опори змінюють його сталість.

Відповідно принцип виведення з рівноваги є протилежним принципу підтримання рівноваги, тобто тіло буде виведено з рівноваги при умові винесення його центру ваги за площу опори. Вочевидь, що приложити силу для виведення супротивника з рівноваги потрібно або смикнувши його, або штовхнувши, або створивши момент обертання навколо однієї вісі (чи декількох). Але при цьому для ефективного виведення супротивника з рівноваги необхідно дотримання хоча би однієї з наступних умов:

1. Вибір моменту прикладання сили:

1.1. Рефлекс збереження рівноваги.

1.2. «Провалювання».

2. Важіль для прикладання сили:

2.1. Прикладання сили до зон, що знаходяться нижче центру ваги супротивника.

2.2. Прикладання сили проти природного згибу суглобу.

2.3. Прикладання сили до больових точок.

Але в будь-якому випадку основною умовою для виведення супротивника з рівноваги є момент, коли він не знаходиться в урівноваженій бойовій позиції, тобто його положення є несталим. На основі принципу виведення з рівноваги саме дане положення використовується нами для розвитку координації рухів, зокрема застосовуються різноманітні спеціально-підготовчі і допоміжні вправи, що виконуються за допомогою партнера.

Нами був запропонований комплекс спеціально-підготовчих і допоміжних рухових вправ, що допомагає більш якісно засвоїти навчальний матеріал із теми «Захист від загрози холодною зброєю». Комплекс пройшов апробацію на кафедрі спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 ХНУВС. Зокрема в процесі секційної роботи курсанти в кількості 15 чоловік вивчали спеціально-підготовчі і допоміжні вправи, спрямовані на обеззброєння

потенційного правопорушника з акцентом на виведення його з рівноваги. Відпрацювання даних вправ продовжувалося п'ять секційних занять по півтори години кожне. Оцінювання ефективності апробованого комплексу спеціально-підготовчих і допоміжних вправ здійснювалося викладачами кафедри спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 ХНУВС за допомогою методу експертної оцінки.

Вправи, спрямовані на виведення з рівноваги:

1. *Захист від удару ножем зверху.* Нападаючий, озброєний ножем створює тиск рукою зверху, що спрямовується в область серця того, хто захищається. Той, хто захищається, під впливом тиску змінює конфігурацію своєї позиції (стійки) і, свідомо «провалюючи» озброєну руку нападаючого, виводить його із рівноваги.

2. *Захист від удару ножем знизу.* Нападаючий, озброєний ножем створює тиск рукою знизу, що спрямовується в корпус того, хто захищається. Той, хто захищається, під впливом тиску змінює конфігурацію своєї позиції (стійки) і, свідомо змінюючи положення свого тіла, заходить за спину нападаючого, тим самим «провалюючи» його вперед і виводячи з рівноваги.

3. *Захист від удару ножем навідліг.* Нападаючий, озброєний ножем створює тиск рукою навідліг, спрямований в шию того, хто захищається. Той, хто захищається, під впливом тиску змінює конфігурацію озброєної руки та виводить озброєного супротивника в «слабку» зону, тим самим позбавляючи його рівноваги.

4. *Захист від удару ножем зверху збоку.* Нападаючий озброєний ножем створює тиск рукою зверху збоку, спрямований в шию того, хто захищається. Той, хто захищається, перехоплюючи озброєну руку, під впливом тиску «просмикує» супротивника в «слабку» зону, завантажуючи його праву ногу і виводячи його, тим самим, із рівноваги.

Висновки. В результаті дослідження було виявлено, що спеціально-підготовчі і допоміжні вправи, спрямовані на виведення з рівноваги достатньо ефективні з точки зору підвищення якості засвоєння матеріалу, що вивчається, а саме – обеззброювання та затримання потенційного правопорушника. Курсанти, які опанували дані вправи під час секційної роботи більш технічно та швидше виконували на навчальних заняттях прийоми обеззброєння та затримання потенційного правопорушника, аніж раніше. Це дозволяє зробити висновок щодо доцільності впровадження запропонованих нами вправ, спрямованих на виведення з рівноваги в навчальний процес у вищих закладах освіти системи МВС України.

Список бібліографічних посилань

1. Ковалев І. Н., Гладников А. В. Усовершенствование методики защитных действий в борьбе дзюдо курсантов ВУЗ МВД Украины // Актуальні проблеми розвитку традиційних і східних єдиноборств : зб. тез VIII міжнар. наук.-метод. конф. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2014. Вип. 8. С. 27–30.

2. Сопин О. В. Взаимодействие борцов при обучении бросковой технике в дзюдо и самбо // Інноваційні технології в галузі фізичного виховання, спорту, рекреації та валеології : зб. наук. праць VI міжн. (Інтернет) наук.-метод. конф. Харків : Акад. ВВ МВС України, 2012. Вип. 6. С. 71–74.

3. Журавель Олександр. Структура і зміст початкового навчання елементам боротьби самбо курсантів І-ІІІ курсів вищих навчальних закладів МВС України // Фізична підготовка військовослужбовців : матеріали відкритої наук.-метод. конф., 29–30 квіт. 2003 р. Київ : Нац. ун-т фіз. виховання і спорту України, 2003. С. 124–126.

4. Старостенко А. Г., Хлопин А. А. Методика изучения и освоения приемов борьбы // Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях : сб. ст. II междунар. электрон. науч. конф. / под ред. Ермакова С. С. Харьков ; Белгород ; Красноярск : Харьков. гос. акад. физ. культуры, 2006. С. 232–234.

Надійшла до редколегії 04.04.2018