

Технология формирования базовой техники рукопашного боя у курсантов в процессе специальной физической подготовки

Национальная академия внутренних дел, (г. Киев)

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины (г. Киев)

Постановка научной проблемы и ее значение. Анализ исследований по проблеме. Направления совершенствования специальной физической подготовки (СФП) курсантов в специальной литературе рассмотрены многими авторами [3; 5; 7; 8]. Специалистами убедительно доказана необходимость непрерывного совершенствования существующих средств и методов обучения, поиска новых методических подходов, а также внедрение в учебный процесс курсантов образовательных учреждений МВД Украины апробированных, эффективных технологий теории и методики спортивной тренировки и физического воспитания.

На протяжении последних десятилетий накоплен массив научных знаний по обучению технике двигательных действий в единоборствах [7; 8; 10]. В то же время в современных условиях эти научные данные не решают проблемы профессиональной подготовки сотрудников силовых ведомств.

Основное противоречие изучаемой нами проблемы состояло в том, что существующая практика СФП в высших учебных заведениях МВД Украины, в рамках которой осуществляется обучение будущих сотрудников органов внутренних дел непосредственно ведению единоборства с правонарушителями и их силовому задержанию, свидетельствует о недостаточно целенаправленной работе по формированию устойчивых двигательных навыков. На сегодняшний день, в процессе СФП курсантов высших учебных заведений МВД Украины еще не в полном объеме используется богатый материал, накопленный специалистами в теории и методике физического воспитания и спортивной тренировки [4; 10]. Кроме того, необходимым моментом в модернизации процесса обучения выступают разработка и внедрение современных информационных технологий, в частности, возможности использования в тренировочном процессе современных мультимедиа технологий [9; 10].

Исследование выполнялось согласно плана научно-исследовательской работы кафедры кинезиологии Национального университета физического воспитания и спорта Украины и Сводного плана НИР в сфере физической культуры и спорта на 2011–2015 гг. Министерства образования и науки, молодежи и спорта Украины по теме 3.7. «Усовершенствование биомеханических технологий в физическом воспитании и реабилитации с учетом индивидуальных особенностей моторики человека», номер государственной регистрации – 0111U001734.

Цель исследования – научно обосновать и разработать технологию формирования техники базовых приемов рукопашного боя в процессе СФП у курсантов высших учебных заведений в МВД Украины с использованием компьютерных программ.

Задачи:

1. По данным специальной научно-методической литературы изучить современное состояние проблемы формирования базовой техники рукопашного боя курсантов в процессе СФП.
2. Обосновать и разработать технологию формирования техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя в процессе СФП курсантов, включающую компьютерную информационно-методическую программу «ПРАВОЗАЩИТНИК».

Методы, организация исследования: анализ специальной научно-методической литературы, педагогические наблюдения, квалиметрия. В исследовании приняли участие курсанты 1 курса Учебно-научного института подготовки специалистов для подразделений следствия и криминальной милиции Национальной академии внутренних дел.

Изложение основного материала и обоснование полученных результатов исследований. Учитывая результаты констатирующего эксперимента, которые позволили с помощью экспертов определить типичные технические ошибки, которые допускают курсанты при освоении болевых и удушающих приемов рукопашного боя в процессе СФП, была разработана технология, направленная на формирование данных групп приемов в процессе СФП курсантов высших учебных заведений МВД Украины с использованием компьютерных программ.

Компьютерные мультимедиа технологии обладают в настоящее время колоссальными возможностями, которые, к сожалению, в процесс СФП используются недостаточно. Развитие электронных средств мультимедиа открывает новые возможности для дидактики двигательных действий [9].

Компьютерные мультимедиа технологии, структурированные по тематическому признаку, соединяют в себе как возможности одновременного получения образа объекта в различных информационных представлениях (графика, звук, фотографии, схемы, слайды и), так и в виде видеоматериалов [1].

При создании мультимедийной информационно-методической программы «ПРАВООЗАЩИТНИК», мы учитывали рекомендации ряда специалистов [1; 9] которые отмечают, что нецелесообразно просто переносить типографский вариант учебного пособия в электронный вид и затем конвертировать в гипертекст.

При создании мультимедийной информационно-методической программы мы придерживались следующих рекомендаций:

- разделы программы целесообразно формировать более короткими, чтобы их было проще читать на экране;
- разделять материал на несколько контекстов;
- архитектура программы должна включать графическое и видеообеспечение, которое позволяет передать необходимый объем информации при краткости его изложения.
- Характерными особенностями применения мультимедиа информационно-методической программы в формировании техники выполнения болевых и удушающих приемов в процессе специальной физической подготовки курсантов заключается в следующем:
 - при помощи набора информационных материалов создается база данных дидактических материалов формирования базовой техники рукопашного боя у курсантов в процесс СФП;
 - представление курсантам информации в максимально доступной для восприятия форме, сочетание показа с объяснением, что исключает искажение образа цели процесса СФП, что позволяет сократить время на объяснение и повысить его эффективность;
 - представление курсантам информации о технике выполнения болевых и удушающих приемов при помощи демонстрации соответствующего видеоизображения;
 - фиксация внимания курсантов на отдельных фазах технического приема, что обеспечивает четкое понимание назначения каждого элемента техники в смысловой структуре изучаемого двигательного действия.

Трудно переоценить роль компьютерной мультимедиа информационно-методической программы «ПРАВООЗАЩИТНИК» в исправлении курсантами технических ошибок. Она дает возможность использовать стоп-кадры, многократные их повторения и т. д.

При разработке авторской технологии мы базировались на дидактические принципы – основополагающих закономерностях обучения, которые составляют методический базис педагогического процесса: сознательности и активности; наглядности; доступности и индивидуализации; систематичности; последовательности; прочности обучения [6; 8; 10].

Блок-схема разработанной технологии представлена на рис. 1.

Разработанная технология учитывала программно-целевой принцип [9] организации процесса СФП курсантов. В соответствии с данным принципом программирование подготовки курсантов в технологии, прежде всего, были определены конкретные целевые задачи, а затем объективно необходимые для их реализации средства, методы, формы организаций занятий, их содержание, объем тренировочных нагрузок.

В разработанной технологии курсантам нами была предложена последовательность обучения техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя в процессе СФП.

Выводы. Разработанная мультимедийная информационно-методическая программа «ПРАВООЗАЩИТНИК» имеет линейно-разветвленное, представление материала, включает два модуля: «Теория» и «Практика». Содержанием мультимедийной информационно-методической программы является систематизированный, структурированный объем знаний, состоящий из предварительно отобранного материала, в виде отдельных модулей, описывающих базовую технику рукопашного боя. Мультимедиа информационно-методическая система «ПРАВООЗАЩИТНИК» дает возможность интегрировать различные среды представления информации – текст, статическую и динамическую графику, видеозаписи в единый комплекс, позволяющий курсанту стать активным участником учебно-тренировочного процесса.



Рис. 1. *Схема формирования техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя курсантами в процессе СФП*

Технология формирования базовой техники рукопашного боя курсантов в процессе СФП учитывает теоретические закономерности управления педагогическим процессом, дидактические особенности обучения технике двигательных действий, а также эмпирический материал. Основой при создании технологии послужили определенные экспертами технические ошибки, которые допускают курсанты при освоении техники рукопашного боя; предложенная нами последовательность обучения курсантами техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя в процессе СФП. Технология формирования техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя с использованием мультимедийной информационно-методической программы «ПРАВАЗАЩИТНИК» базировалась на

наглядном методе (графической информации, анимации и видеороликах), который в процессе обучения способствует созданию представления изучаемых двигательных действий и обеспечивает четкое понимание курсантом назначения каждого элемента техники в смысловой структуре изучаемого приема.

Проведенное исследование позволяет выделить направления дальнейшего рассмотрения проблемы обучения технике рукопашного боя в процессе СФП курсантов высших учебных заведений МВД Украины. Предметом научного поиска могут стать различные аспекты этого процесса: формирование техники защитных действий от угрозы холодным оружием.

Источники и литература

1. Анисимова Н. С. Теоретические основы и методология использования мультимедийных технологий в обучении : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.02 «Теория и методика обучения и воспитания» / Н. С. Анисимова. – СПб., 2002. – 45 с.
2. Бойко В.Ф. Обучение технике двигательных действий борцов вольного стиля с использованием компьютерных технологий / В. Ф. Бойко, Ю. В. Тупеев, В. В. Яременко, В. А. Андрейцев // Теория и методика физической культуры. – Алматы, 2013. – № 4. – С. 85–94.
3. Вако И.И. Систематизация современных методик обучения рукопашному бою / И. И. Вако // Вестник Черниговского национального педагогического университета. – Вып. 102. – Т. 1–2012. – С. 104–106.
4. Гавердовский Ю. К. Обучение спортивным упражнениям. Биомеханика. Методология. Дидактика / Ю. К. Гавердовский. – М. : Физкультура и спорт, 2007. – 912 с.
5. Данильченко В. А. Типичные ошибки, которые допускают курсанты высших учебных заведений МВД Украины при освоении болевых приемов / В. А. Данильченко, Т. А. Хабинец // Научный журнал «Физическое воспитание студентов». – 2014. – № 4. – С. 20–25.
6. Дмитриев С. В. Принципы и методы антропно организованного образовательного обучения двигательным действиям / С. В. Дмитриев // Физическое воспитание студентов : сб. науч. тр. / под. ред. проф. С. С. Ермакова. – Харьков : ХГАДИ (ХХПИ), 2010. – № 1. – С. 24–33.
7. Закорко И. П. Специальная физическая подготовка в высших учебных заведениях МВД Украины с учетом индивидуальных особенностей моторики курсантов : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. физ. восп. : спец. 24.00.02 «Физическая культура, физическое воспитание разных групп населения» / И. П. Закорко. – Киев, 2001. – 24 с.
8. Естемесов А. З. Оптимизация методики обучения рукопашному бою в учебных заведениях правоохранительных органов : автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук : 13.00.04 «Теория и методика физического воспитания, спортивной тренировки и оздоровительной физической культуры» / А. З. Естемесов – Алматы. – 2006. – 28 с.
9. Кашуба В. А. К вопросу возможностей использования информационных технологий в общеобразовательном процессе курсантов МВД Украины / В. А. Кашуба, В. А. Данильченко, Т. А. Хабинец // Научный журнал «Физическое воспитание студентов». – Харьков, 2012. – № 1. – С. 30–33.
10. Лапутин А. Н. Биомеханические аспекты теории обучения двигательным действиям / А. Н. Лапутин // Теория и практика физ. культуры. – 1990. – № 4. – С.16–18.

Аннотации

Анализ данных специальной научно-методической литературы и обобщение опыта ведущих специалистов свидетельствуют о том, что на протяжении длительного времени ведется поиск резервов, определяющих возможности интенсификации процесса обучения технике двигательных действий рукопашного боя. Повышение качества учебного процесса по дисциплине «Специальная физическая подготовка» в высших учебных заведениях МВД Украины требует от специалистов поиска и внедрения эффективных методик и технологий обучения технике рукопашного боя, способствующих достижению высокого профессионального уровня курсантов. Разработанная технология формирования базовой техники рукопашного боя курсантов в процессе специальной физической подготовки учитывает теоретические закономерности управления педагогическим процессом, дидактические особенности обучения технике двигательных действий, а также обширный эмпирический материал. Основой при создании авторской технологии послужили определенные экспертами технические ошибки, которые допускают курсанты при освоении техники рукопашного боя; предложенная нами последовательность обучения курсантами техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя в процессе специальной физической подготовки. Технология формирования техники болевых и удушающих приемов рукопашного боя с использованием мультимедийной информационно-методической программы «ПРАВАЗАЩИТНИК» базируется на наглядном методе, который в процессе обучения способствует созданию представления изучаемых двигательных действий и обеспечивает курсанту четкое понимание назначения каждого элемента техники в смысловой структуре изучаемого приема.

Ключевые слова: специальная физическая подготовка, курсанты, базовая техника, рукопашный бой, формирование, технология.

Владислав Данильченко, Ілля Вако. Технологія формування базової техніки рукопашного бою в курсантів у процесі спеціальної фізичної підготовки. Аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури та узагальнення досвіду провідних спеціалістів свідчать про те, що протягом довгого часу ведеться пошук резервів, які визначають можливість інтенсифікації процесу навчання техніки рукопашного бою. Підвищення якості навчального процесу із дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» у вищих навчальних закладах МВС України потребує від спеціалістів пошуку та впровадження ефективних методик і технологій навчання техніки рукопашного бою, які сприяють досягненню високого професійного рівня курсантів. Розроблена технологія формування базової техніки рукопашного бою курсантів у процесі спеціальної фізичної підготовки враховує теоретичні закономірності управління педагогічним процесом, дидактичні особливості навчання рухових дій, а також значний емпіричний матеріал. Основою створення авторської технології слугували визначені експертами технічні помилки, які допускають курсанти під час засвоєння техніки рукопашного бою; запропонована нами послідовність вивчення курсантами техніки больових та задушливих прийомів рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки. Технологія формування техніки больових та задушливих прийомів рукопашного бою з використанням мультимедійної інформаційно-методичної програми «Правозахисник» ґрунтується на очному методі, який під час навчання сприяє уявленню рухових дій, що вивчаються, та забезпечує курсанту чітке розуміння призначення кожного елементу техніки в смисловій структурі прийому.

Ключові слова: спеціальна фізична підготовка, курсанти, базова техніка, рукопашний бій, формування, технологія.

Vladislav Danilchenko, Ilya Vako. The Technology of Forming the Base Technique of Hand-to-Hand Fighting of Students in the Course of Special Physical Training. The analysis of the data from specific scientific and methodological literature and generalization of the experts' experience prove that for a long time there have been a search for the sources that define abilities to intensify the process of teaching the technique of movements in hand-to-hand fighting. Improvement of education quality within the subject "Special physical training" in higher educational establishments of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine demands from the specialists searching and implementing the efficient methods and ways of teaching the techniques of hand-to-hand fighting, that contribute to reaching the high professional level of students. The developed method of forming the base technique of hand-to-hand fighting among the students within the course of special physical training takes into consideration theoretical principles of managing the educational process, didactic peculiarities of teaching the technique of movements, as well as rich empirical material. The basis for creating the author's technology is distinguished by the experts technical mistakes, made by the students while mastering the technique of hand-to-hand fighting, as well as suggested by us sequence of teaching submission holds and locks in hand-to-hand fighting to the students within the course of special physical training. The method of forming the technique of submission holds and locks using multi-media information and methodology program, called «Human rights activist» is based on the visual demonstration method, which in the process of teaching contributes to creating the image of the movements being learnt and provides the student with the clear understanding of the aim of each element of the technique in the conceptual structure of the hold being learned.

Key words: special physical training, students, base technique, hand-to-hand fighting, formation, technology.

УДК 796.011.1-057.875

**Виталий Кашуба,
Александр Рудницький,
Наталья Одноралова**

Технология коррекции компонентов пространственной организации тела человека в процессе физического воспитания

Национальный университет физического воспитания и спорта Украины (г. Киев)

Постановка научной проблемы и ее значение. Анализ исследований по этой проблеме. В системе общечеловеческих ценностей высокий уровень здоровья является фундаментальной основой, обуславливающей возможность полномасштабной реализации потенциальных способностей индивида [1; 3].

В цивилизованных странах здоровье нации признается важнейшей социальной ценностью, характеризующей уровень социального развития страны [2]. Данные специальной научно-методической литературы [6; 10] свидетельствуют о том, что, пространственная организация тела характеризуется биогеометрическим профилем осанки, формой телосложения, пропорциями и типом конституции, используется в качестве характеристики физического развития, здоровья человека.