18

Міністерство освіти і науки України
Національний університет фізичного виховання і спорту України

ДАНИЛЬЧЕНКО ВЛАДИСЛАВ АНАТОЛІЙОВИЧ

УДК: 796.81.052.242

ФОРМУВАННЯ ТЕХНІКИ РУКОПАШНОГО БОЮ В ПРОЦЕСІ СПЕЦІАЛЬНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ МВС УКРАЇНИ

24.00.02 – фізична культура, фізичне виховання
різних груп населення

Автореферат дисертації на здобуття наукового ступеня
кандидата наук з фізичного виховання і спорту

Київ – 2015

Дисертацією є рукопис.

Роботу виконано в Національному університеті фізичного виховання і спорту України, Міністерство освіти і науки України.

Науковий керівник кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент **Усиченко Віталій Вікторович**, Національний університет фізичного виховання і спорту України, доцент кафедри кінезіології

Офіційні опоненти:
доктор наук з фізичного виховання і спорту, доцент **Кутек Тамара Борисівна**, Житомирський державний університет ім. Івана Франка, декан факультету фізичного виховання і спорту;

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент **Сергієнко Юрій Петрович**, Національний університет державної податкової служби України, керівник кафедри спеціальних дисциплін та організації професійної підготовки

Захист відбудеться «2» липня 2015 р. о 14:30 годині на засіданні спеціалізованої вченої ради Д 26.829.02 Національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

З дисертацією можна ознайомитися в бібліотеці національного університету фізичного виховання і спорту України (03680, Київ-150, вул. Фізкультури, 1).

Автореферат розіслано «29» травня 2015 р.

БІБЛІОТЕКА
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ

Учений секретар
спеціалізованої вченої ради О. В. Андрєєва

ЧИТАЛЬНА ЗАЛА
ЛДУФК - 2

ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА РОБОТИ

Актуальність теми. Професійна підготовленість співробітників органів внутрішніх справ – вирішальний фактор забезпечення законності правопорядку та боротьби зі злочинністю (В. В. Бондаренко, 2010; С. В. Шукан, 2012; Ю. В. Горшков, 2013).

У сучасних умовах професія співробітника органів внутрішніх справ не виключає діяльності, пов'язаної з силовим затриманням правопорушників (В. И. Плиско, 2004; А. Н. Садков, 2010; Р. А. Желтов, 2011). Співробітники правоохоронних органів, які досконало володіють технікою рукопашного бою, найчастіше перемагають фізично сильніших злочинців, що перевищують їх за чисельністю (А. А. Горпинич, 2010; С. В. Попов, 2010; Ю. Н. Тапунов, 2011). При цьому ними використовуються рухові дії, які за правильного спрямування і прикладення внутрішніх і зовнішніх сил забезпечують або виграш у силі, або виграш у часі (И. П. Закорко, 2001–2010; В. С. Мунтян, 2006–2013; І. І. Вако, 2011–2014). Звичайно, у процесі спеціальної фізичної підготовки (СФП) питання ефективного навчання техніки рукопашного бою мають одне з першорядних значень (А. Ю. Сырников, 2001; Н. А. Алексеев, Н. Б. Кутергин, А. Н. Кулиничев, 2013).

Напрями удосконалення СФП курсантів розглянуто багатьма авторами (В. И. Косяченко, 2000; Ю. П. Сергиенко, 2005–2014; Ф. М. Евтушов, 2013 та ін.).

Аналіз спеціальної літератури свідчить, що існує велика кількість робіт, присвячених навчанню техніки рухових дій у єдиноборствах (Г. С. Туманян, 2001; М. В. Топхаров, 2006; И. И. Сахаревич, 2011; Ю. В. Тупеев, 2011). У той самий час, у сучасних умовах ці наукові дані не вирішують проблеми професійної підготовки співробітників правоохоронних органів.

Існуюча практика СФП у вищих навчальних закладах МВС України, в рамках якої здійснюється навчання майбутніх співробітників органів внутрішніх справ безпосередньо ведення єдиноборства з порушниками і їх силового затримання, свідчить, що на сьогоднішній день у процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України ще не в повному обсязі використовується багатий матеріал, накопичений фахівцями в теорії і методиці фізичного виховання і спортивного тренування (Ю. К. Гавердовский, 2007; С. В. Дмитриев, 2010; Р. Ф. Ахметов, 2014 та ін.).

Ряд фахівців (О. А. Ярещенко, 2008; Т. Б. Кутек, 2011; Ю. П. Сергиенко, 2011–2013 та ін.) вказують на можливість підвищення ефективності процесу СФП на основі використання сучасних інформаційних технологій, зокрема, мультимедіа. У даний час комп'ютерні мультимедіа технології представляють великий обсяг інформаційно-довідкового матеріалу, мають можливість наочно демонструвати техніку рухових дій у вигляді відеофільмів або відеороликів (В. А. Кашуба, 2010–2013; В. К. Пельменев, В. В. Храмов, 2013; В. В. Яременко, 2014).

Таким чином, викладені вище положення пояснюють актуальність пошуку нових шляхів і невикористаних резервів в організації процесу СФП у вищих навчальних закладах МВС України, спрямованих на формування у курсантів базової техніки рукопашного бою з урахуванням рівня розвитку їх фізичних якостей.

Зв'язок з науковими планами, темами. Дисертаційну роботу виконано згідно зі «Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–

2015 рр.» Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту за темою 3.7 «Удосконалення біомеханічних технологій у фізичному вихованні та реабілітації з урахуванням індивідуальних особливостей моторики людини», номер державної реєстрації 0111U001734.

Роль автора полягала в розробці та впровадженні в процес СФП у вищих навчальних закладах МВС України технології формування базової техніки рукопашного бою у курсантів з використанням комп'ютерної мультимедіа інформаційно-методичної програми.

Мета роботи – науково обґрунтувати та розробити технологію формування техніки базових прийомів рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України з урахуванням рівня розвитку фізичних якостей та використанням комп'ютерних програм.

Завдання:

1. За даними спеціальної науково-методичної літератури вивчити сучасний стан проблеми формування базової техніки рукопашного бою курсантів у процесі СФП.
2. Вивчити рівень розвитку фізичних якостей і найбільш типові помилки, які допускають курсанти під час освоєння базових прийомів рукопашного бою.
3. Обґрунтувати та розробити технологію формування техніки больових і задушливих прийомів рукопашного бою в процесі СФП курсантів, що включає комп'ютерну інформаційно-методичну програму «ПРАВОЗАХИСНИК», і оцінити її ефективність.

Об'єкт дослідження: СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України.

Предмет дослідження: технологія формування техніки базових прийомів рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України.

Методи дослідження: аналіз наукової та методичної літератури з теорії і методики фізичного виховання і спорту, педагогічні методи дослідження (педагогічне спостереження, педагогічне тестування, педагогічний експеримент), кваліметрія, методи математичної статистики.

Наукова новизна отриманих результатів полягає в тому, що:

- уперше теоретично обґрунтовано технологію формування базової техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України, відмітною особливістю якої є запропонована послідовність навчання курсантами техніки больових і задушливих прийомів з урахуванням рівня розвитку спеціальних фізичних якостей, комплекси фізичних вправ та комп'ютерна мультимедійна інформаційно-методична програма;
- вперше визначено належний рівень СФП курсантів для успішного засвоєння базової техніки рукопашного бою, навичок і вмінь фізичної протидії правопорушникам за умов реальних оперативних ситуацій, що дозволяє підвищити якість володіння ними прийомами самозахисту, фізично–примусового впливу і роботи із спеціальними та підручними засобами з використанням больових і задушливих прийомів;
- уперше на основі експертної оцінки визначено і ранжовано найбільш типові технічні помилки, які допускають курсанти під час освоєння базових (больових і задушливих) прийомів рукопашного бою, що лягло в основу розробки

комп'ютерної мультимедіа інформаційно-методичної програми «ПРАВОЗАХИСНИК», що дозволить мінімізувати тимчасові затрати на освоєння техніки базових прийомів, а також сприятиме підвищенню ефективності практичних занять;

- теоретично обґрунтовано та розроблено структуру і зміст мультимедіа інформаційно-методичної програми, що володіє широким набором візуальних засобів, елементів управління, котрі мають модульну структуру, а це дозволяє за стислості викладу матеріалу досягти максимальної інформативності та доступності;
- доповнено теоретичні відомості про навчання базових елементів техніки рукопашного бою курсантів вищих навчальних закладів МВС України.

Практична значущість. Проведені дослідження послужили основою для розробки технології формування базової техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів з використанням сучасних комп'ютерних технологій.

Розроблена комп'ютерна мультимедіа інформаційно-методична програма «ПРАВОЗАХИСНИК» дозволяє викладачеві інтерактивно формувати у курсантів базову техніку рукопашного бою в процесі СФП.

Розроблена технологія формування техніки рукопашного бою курсантів може бути використана в практичній діяльності викладачів з метою підвищення ефективності процесу СФП курсантів різних силових структур України.

Теоретико-методичний матеріал, розроблений у процесі педагогічного дослідження, впроваджено в навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України під час викладання дисципліни «Інформатика та інформаційні технології у фізичному вихованні та спорті», у навчальний процес Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції Національної академії внутрішніх справ (НАВС), що підтверджено відповідними актами.

Особистий внесок здобувача у спільних публікаціях полягає в пріоритетах при формуванні напрямів дослідження, аналізі та інтерпретації отриманих результатів.

Апробація результатів дисертації. Результати проведених досліджень доповідались на Міжнародних конгресах «Сучасний олімпійський спорт і спорт для всіх» (Київ, 2010; Кишинів, 2011; Софія, 2012; Пекін, 2013; Алмати, 2014); на Міжнародних наукових конференціях молодих учених «Молодь та олімпізм» (Київ, 2010, 2011); «Молодь та олімпійський рух» (Київ, 2012, 2013); Міжнародній науково-практичній конференції «Фізичне виховання різних груп населення: стан, проблеми та перспективи» (Дніпропетровськ, 2011); Міжнародній науково-практичній конференції «Основні напрями розвитку фізичної культури, спорту та фізичної реабілітації» (Дніпропетровськ, 2013); Міжнародній науково-практичній конференції «Актуальні проблеми фізичного виховання, реабілітації, спорту та туризму» (Запоріжжя, 2013); Міжнародній науковій конференції «Актуальні проблеми вдосконалення системи освіти в галузі фізичної культури» (Кишинів, 2013); Міжнародній науково-практичній конференції «Фізична культура, спорт і здоров'я» (Харків, 2013); щорічних науково-методичних конференціях кафедри кінезіології Національного університету фізичного виховання і спорту України (2010–2014), кафедри вогневої та спеціальної фізичної підготовки Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції Національної академії внутрішніх справ (2010–2014).

Публікації. Основні положення дисертації викладено у 10 наукових роботах, серед них: сім – у спеціалізованих виданнях України, з яких п'ять статей опубліковано в журналах, що входять до міжнародних наукометричних баз; одна публікація представлена в зарубіжному спеціалізованому виданні.

Структура й обсяг дисертації. Дисертаційну роботу викладено на 219 сторінках, з яких 180 основного тексту, вона складається зі вступу, п'яти розділів, практичних рекомендацій, висновків, списку використаних літературних джерел, додатків. Список використаної науково-методичної літератури містить 240 джерел. Дисертацію ілюстровано 22 таблицями і 21 рисунком.

ОСНОВНИЙ ЗМІСТ

У **вступі** обґрунтовано актуальність обраної теми; вказано зв'язок із науковими планами, темами; визначено об'єкт, предмет, мету, завдання і методи дослідження; розкрито наукову новизну та практичну значущість роботи, відзначено особистий внесок здобувача у спільних публікаціях, описано сферу апробації результатів дослідження та зазначено кількість публікацій за темою дисертаційної роботи.

Перший розділ **«Аналіз стану науково-методичної розробленості питань навчання техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України»** присвячено теоретичному аналізу літературних джерел, розглянутих у дисертаційній роботі.

Під час аналізу спеціальної науково-методичної літератури увагу було акцентовано на виділенні і викладенні основних ідей, положень, результатів емпіричних досліджень, що визначають удосконалення системи СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України (И. П. Закорко, 2001; А. Р. Лущак, 2001; О. А. Ярещенко, 2008; А. Журавель, Ю. Логвиненко, Р. Скирта, 2013). Проаналізовано теоретичні основи навчання рухових дій, а також методичні підходи до формування техніки рукопашного бою (А. З. Естемесов, 2006; В. С. Мунтян, 2006–2013).

Вивчено досвід і можливості використання інформаційних технологій у процесі навчання техніки рухових дій (Ю. В. Тунеев, 2011; В. В. Яременко, 2014).

Важливість цих питань і їх невирішеність визначають актуальність теми даного дослідження.

У другому розділі **«Методи та організація дослідження»** описано й обґрунтовано систему взаємодоповнюючих методів дослідження.

Дослідження проводилися в рамках трьох послідовних і взаємопов'язаних етапів, що забезпечують наступність у плануванні, одержанні, обробці, інтерпретації та поданні теоретичного й експериментального матеріалу.

Перший етап дослідження (вересень 2010 – грудень 2011 рр.) включав аналіз та узагальнення спеціальної науково-методичної літератури вітчизняних і зарубіжних фахівців, практичного досвіду роботи провідних спеціалістів у сфері рукопашного бою, розглядалися особливості організації процесу СФП у вищих навчальних закладах МВС України. Вивчено методичні підходи, які використовуються при формуванні базової техніки рукопашного бою у курсантів у процесі СФП; проведено педагогічні спостереження на практичних заняттях, визначено мету, завдання, об'єкт, предмет і програму дослідження.

На *другому етапі дослідження* (січень 2012 – серпень 2013 рр.) проведено констатуючий експеримент, який включав тестування спеціальних фізичних якостей курсантів (сили, бистроти, витривалості). У дослідженні взяли участь 60 курсантів І курсу Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції. На даному етапі ми також використовували метод експертних оцінок. Даний метод було обрано нами для виявлення, в якій групі прийомів рукопашного бою курсанти найчастіше припускаються помилок, а також для ранжування типових помилок, які допускають курсанти під час освоєння больових і задушливих прийомів. Для цього було проведено експертизу методом надання переваги. Для визначення узгодженості думок експертів використовували коефіцієнт конкордації (W). Експертну оцінку проводили за участю 26 фахівців із СФП.

Розробляли комп'ютерну мультимедійну інформаційно-методичну програму «ПРАВОЗАХИСНИК».

На *третьому етапі дослідження* (вересень 2013 – серпень 2014 рр.) було розроблено й експериментально апробовано технологію формування базової техніки прийомів рукопашного бою в процесі СФП курсантів з використанням мультимедіа інформаційно-методичної програми. У дослідженні взяли участь 60 курсантів І курсу Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції. Оформлялися четвертий і п'ятий розділи дисертаційної роботи, висновки та практичні рекомендації.

Результати, отримані в ході дослідження, було оброблено методами математичної статистики.

Третій розділ **«Характеристика фізичних якостей і помилок, які допускають при освоєнні базових прийомів у рукопашному бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсанти вищих навчальних закладів МВС України»** представлено результати констатуючого експерименту.

Згідно з тематичним планом з фізичної підготовки кафедри вогневої та спеціальної фізичної підготовки НАВС на другий семестр навчального року (набір 2013 р.) курсантів І курсу Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції НАВС, загальна кількість годин становить 124, кількість годин із СФП – 92 (74 %), а з фізичної підготовки – 32 години (26 %).

Для оцінки рівня розвитку спеціальних фізичних якостей курсантів (n = 60) нами було проведено педагогічне тестування (рис. 1).

Аналіз результатів тесту (біг 100 м, с), який використовувався для оцінки рівня розвитку бистроти курсантів, свідчить про те, що у 63,3 % (n = 38) він є задовільним, у 20 % (n = 12) – добрим і тільки у 16,7 % (n = 10) досліджуваних був відзначений відмінний рівень.

Оцінюючи рівень розвитку витривалості (тест біг 1000 м, хв) курсантів, встановлено, що у 70 % (n = 42) він є задовільним, у 16,7 % (n = 10) – добрим, а у 13,3 % (n = 8) курсантів – відмінним.

Результати тестування сили курсантів (підтягування на високій перекладині, кількість разів), свідчать про те, що 23,3 % (n = 14) досліджуваних мають відмінний рівень. У 40 % (n = 24) був відзначений добрий, і у 36,7 % (n = 22) курсантів виявлено задовільний рівень розвитку сили.

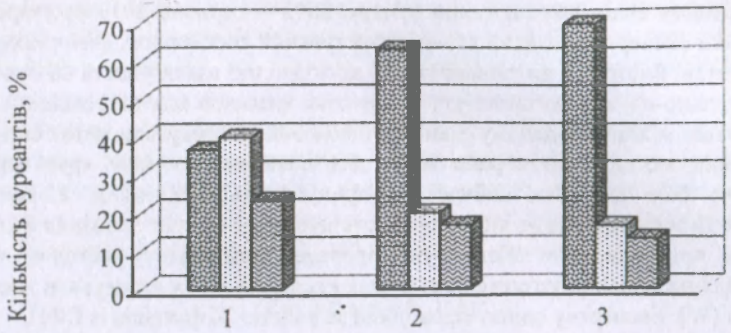


Рис. 1. Оцінка рівня розвитку спеціальних фізичних якостей курсантів

задовільно; добре; відмінно

1 – підтягування на високій перекладині;
2 – біг 100 м;
3 – біг 1000 м.

Враховуючи думку ряду фахівців (А. З. Естемесов, 2006; С. М. Ашкинази, А. Н. Кочергин, 2008; И. П. Закорко, 2010), можна констатувати, що рукопашний бій є одним з найскладніших видів єдиноборств, тому що включає технічний арсенал практично всіх видів єдиноборств, в яких дозволяється застосовувати контрольовані удари, кидки, утримання, больові і задушливі прийоми.

Нами було проведено дослідження з визначення, в якій з груп під час освоєння базових прийомів рукопашного бою курсантами найчастіше допускаються технічні помилки. Встановлено, що найчастіше курсанти допускають помилки під час вивчення больових і задушливих прийомів, наступною за складністю освоєння техніки рухових дій є група прийомів – захисні дії від погрози холодною зброєю. Цікавий той факт, що під час освоєння різних стійок, пересувань, блоків курсантами допускається найменша кількість помилок.

При проведенні експертизи методом надання переваги розрахункове значення коефіцієнта конкордації W становило 0,89 ($p<0,05$), тобто результатам проведеної експертизи можна довіряти, саму експертизу можна вважати такою, що відбулася, а думку експертів – узгодженою.

Больові і задушливі прийоми відіграють важливу роль і сприяють професійному виконанню службових обов'язків працівників МВС (С. М. Ашкинази, 2001; И. В. Герасимов, 2003; В. И. Плиско, 2004). За допомогою больових і задушливих прийомів працівник міліції має можливість припинити протиправні дії особи, не завдаючи значних ушкоджень правопорушнику (А. Журавель, Ю. Логвиненко, Р. Скирта, 2013).

Враховуючи той факт, що курсанти найчастіше допускають технічні помилки під час вивчення больових і задушливих прийомів, нами було проведено дослідження з виявлення типових технічних помилок, які допускають ті, хто займається, при освоєнні даної групи прийомів (рис. 2).

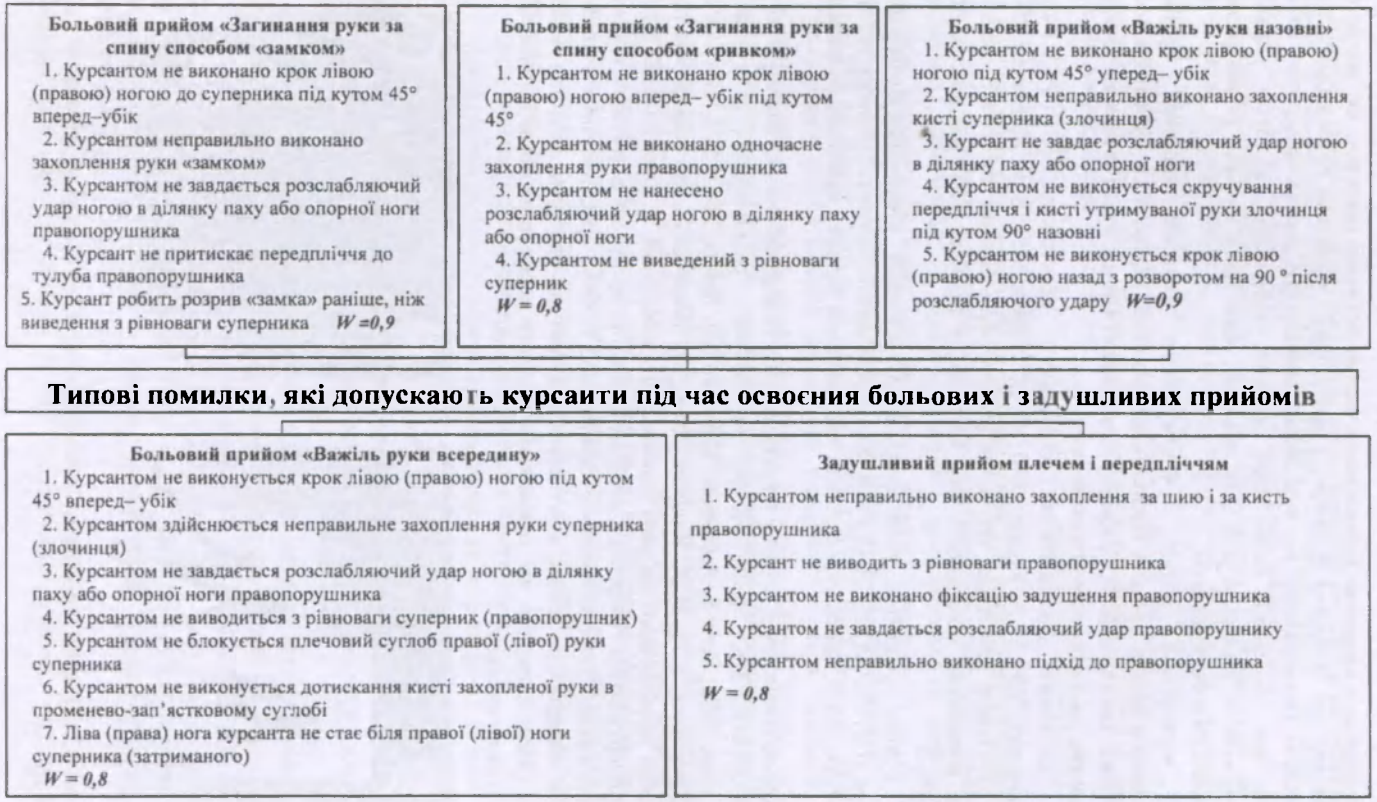


Рис. 2. Ранжування експертами типових помилок, які допускають курсанти під час освоєння больових прийомів: W – коефіцієнт конкордації

Експертами виявлено і ранжовано типові технічні помилки, які допускають курсанти під час освоєння больових і задушливих прийомів рукопашного бою в процесі СФП. Встановлено, що курсантами найчастіше допускаються такі технічні помилки: при «пусковій позі», при опорних взаємодіях, а також управлінні статодинамічною стійкістю тіла і, як правило, вони мали низький рівень розвитку спеціальних фізичних якостей.

У четвертому розділі **«Формування техніки базових прийомів рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС України з використанням комп'ютерних програм»** представлено дані формуючого експерименту.

У наукових дослідженнях останнього десятиліття (В. А. Кашуба, Н. Н. Паненко, 2009; Н. А. Колос, 2010; Ю. В. Тупеев, 2011; В. В. Яременко, 2014 та ін.) обґрунтовано доведено, що комп'ютерні мультимедіа технології мають на сьогодні колосальні можливості, які, на жаль, у процесі СФП використовуються недостатньо.

В основу розробки комп'ютерної мультимедіа інформаційно-методичної програми «ПРАВОЗАХИСНИК» покладено результати експертної оцінки технічних помилок, які допускають курсанти під час освоєння базових прийомів рукопашного бою.

Розробляючи комп'ютерну мультимедійну інформаційно-методичну програму «ПРАВОЗАХИСНИК» (рис. 3), ми враховували рекомендації ряду фахівців (А. В. Тугая, 2005; Бент Б. Андресен, Катя ван ден Бринк, 2007; П. К. Петров, 2008; Л. А. Карташова, 2011; В. А. Кашуба, 2014), які зазначають, що недоцільно просто переносити друкарський варіант навчального посібника в електронний вигляд і потім конвертувати в гіпертекст, необхідно розділи програми формувати короткими при максимальній інформативності тексту, щоб їх було простіше читати на екрані; розділяти матеріал на кілька контекстів; архітектура програми повинна включати графічні і відео елементи, які дозволяють передати необхідний обсяг інформації при стислості його викладу.

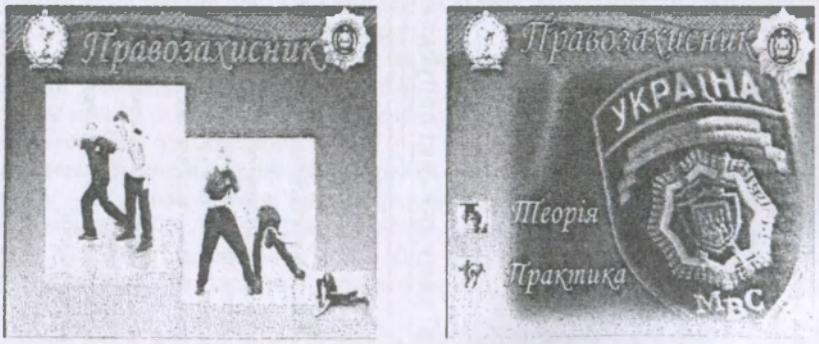


Рис. 3. Вікна програми «ПРАВОЗАХИСНИК», роздруківка з екрана комп'ютера

Відмінні особливості застосування комп'ютерної мультимедіа інформаційно-методичної програми «ПРАВОЗАХИСНИК» у формуванні базової техніки рукопашного бою у процесі СФП курсантів полягають в наступному:

- проведення практичного заняття викладачем здійснюється на основі застосування відеоматеріалів, курсантам інформація подасться в максимально доступній для їх сприйняття формі, в поєднанні показу з поясненням;
- фіксація уваги курсантів на окремих фазах технічного прийому, що забезпечує чітке розуміння призначення кожного елемента техніки в смисловій структурі досліджуваної рухової дії;
- створюється база даних дидактичних матеріалів формування базової техніки рукопашного бою у процесі СФП.

Під час розробки технології формування базової техніки рукопашного бою у процесі СФП курсантів з використанням комп'ютерних програм ми базувалися на дидактичних принципах – основоположних закономірностях навчання, що становлять методичний базис педагогічного процесу: свідомості та активності; наочності; доступності та індивідуалізації; систематичності; послідовності; міцності навчання (М. М. Боген, 1986; А. Н. Лапутин, 1986–2005; Т. Ю. Круцевич, 2008 та ін.).

Основними компонентами авторської технології є: мета, завдання, форми організації занять, їх зміст, план практичних і самостійних занять, комплекси фізичних вправ, комп'ютерна мультимедійна інформаційно-методична програма «ПРАВОЗАХИСНИК» і педагогічний контроль.

Спираючись на сучасні уявлення багатьох фахівців (А. Н. Лапутин, 2001; А. Н Блеер, 2004; С. М. Ашкинази, 2008; В. Ф. Бойко, Ю. В. Тупеев, В. В. Яременко, В. А. Андрейцев, 2013 та ін.), які займаються проблемами формування техніки рухових дій у спортивній боротьбі і єдиноборствах, під час організації процесу навчання базової техніки рукопашного бою у процесі СФП курсантів ми враховували ряд умов:

– підвищення рівня фізичної підготовленості курсантів;

– формування рухових уявлень і розучування вправи до рівня вміння з метою оволодіння одиницею техніки, що розучується;

– визначення найпростіших елементів, що входять до рухового складу і служать для формування базової техніки рукопашного бою;

– підвищення ефективності формування базової техніки курсантів з використанням інформаційних технологій;

– дотримання безпеки процесу навчання, що вимагає акцентування уваги на заходах, спрямованих на профілактику травматизму у курсантів.

Узагальнивши дані численних досліджень (М. М. Боген, 1986; В. Н. Платонов, 1997–2013; А. Н. Лапутин, 2001; Ю. К. Гавердовский, 2007 та ін.), ми дотримувалися точки зору, що під час навчання техніки рухових дій слід орієнтуватися на необхідність освоєння різноманітних підготовчих вправ, у жодному разі не слід намагатися стабілізувати техніку рухів.

Аналіз розділу Тематичного плану з фізичної підготовки кафедри «Вогневої та спеціальної фізичної підготовки» НАВС («Спеціальна фізична підготовка» для

підготовки фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за напрямами підготовки «Правознавство», «Правоохоронна діяльність» та «Психологія»), що стосується формування техніки больових і задушливих прийомів, базові технічні прийоми, запропоновані для освоєння курсантам у проаналізованому документі, представлені узагальнено. У Тематичному плані не відображено послідовність навчання техніки больових і задушливих прийомів рукопашного бою. Враховуючи цей факт і результати експертної оцінки технічних помилок, котрі допускають курсанти під час освоєння базових прийомів рукопашного бою, було рекомендовано послідовність навчання курсантів техніки больових і задушливих прийомів рукопашного бою в процесі СФП1 (рис. 4).

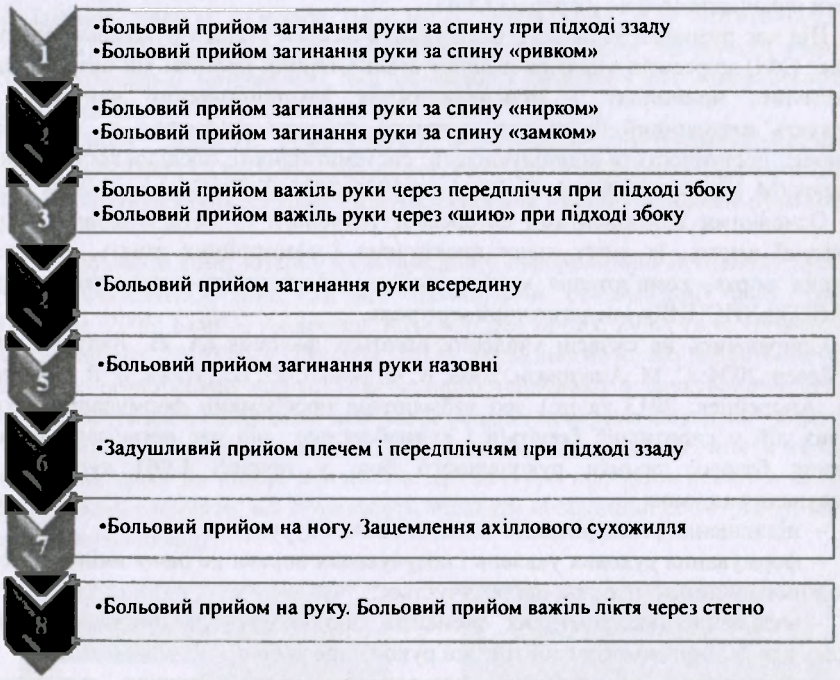


Рис. 4. Послідовність навчання техніки больових і задушливих прийомів рукопашного бою курсантами у процесі СФП: 1–8 – номери практичних занять

Нами було розроблено 14 комплексів фізичних вправ і два самостійних заняття.

Із метою визначення ефективності запропонованих засобів і методів, що становлять основу технології формування базової техніки рукопашного бою у курсантів, було проведено педагогічний експеримент (з січня по березень 2014 р.).

Для проведення педагогічного експерименту власне випадковим відбором було сформовано дві групи: експериментальна (ЕГ) і контрольна (КГ), в кожну

увійшли по 30 курсантів І курсу Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції НАВС, які склали залік за перший семестр І курсу з СФП, згідно з Тематичним планом.

Усі практичні заняття, як для КГ, так і для ЕГ груп курсантів проводили згідно з Тематичним планом з фізичної підготовки кафедри «Вогневої та спеціальної фізичної підготовки» НАВС («Спеціальна фізична підготовка» для фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за напрямами «Правознавство», «Правоохоронна діяльність» та «Психологія»).

Експериментальна група (ЕГ) тренувалася згідно з розробленою нами технологією з використанням мультимедійної інформаційно-методичної програми «ПРАВОЗАХИСНИК», яка була інтегрована в Тематичний план з фізичної підготовки кафедри «Вогневої та спеціальної фізичної підготовки» НАВС.

Критеріями ефективності розробленої технології служили нормативи зі «Спеціальної фізичної підготовки» для фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» за напрямами підготовки «Правознавство», «Правоохоронна діяльність» та «Психологія»). Дані критерії включали оцінку засвоєння курсантами базових елементів техніки рухових дій у рукопашному бою: 10 больових і один задушливий прийоми. Оцінку освоєності курсантами больових і задушливих прийомів здійснювали три експерти.

Результати педагогічного експерименту свідчать про те, що курсанти ЕГ, які тренувалися згідно з розробленою нами технологією, при виконанні кожного з 11 прийомів допустили статистично значущу меншу кількість технічних помилок – 337, порівняно з курсантами КГ – 690 ($p<0,001$).

Аналіз представлених даних виконання курсантами больових і задушливих прийомів свідчить про те, що найбільшу кількість технічних помилок курсантами КГ (99) було допущено під час виконання прийому «важіль руки всередину». Звертає на себе увагу той факт, що курсантами ЕГ у ході виконання даного прийому було допущено 46 технічних помилок ($p\leq0,001$). При виконанні даного прийому курсантами КГ найчастіше (у 19 разів) допускалися такі технічні помилки: не виводився з рівноваги правопорушник, а також не виконувався дожим кисті захопленої руки правопорушника в променево-зап'ястному суглобі; технічні помилки: ліва (права) стопа курсанта не стає біля правої (лівої) ноги правопорушника і курсантом не блокується плечовий суглоб правої (лівої) руки суперника – допускалися по 16 разів. Курсантами ЕГ під час виконання даного прийому були допущені наступні технічні помилки: курсантом не виконується дожим кисті захопленої руки в променево-зап'ястному суглобі правопорушника (10 разів), не наноситься розслабляючий удар ногою в ділянку паху або опорної ноги правопорушника (6 разів), курсантом не блокується плечовий суглоб правої (лівої) руки правопорушника (5 разів).

Слід також зазначити, що аналіз виконання курсантами КГ больового прийому важіль руки назовні було допущено 77 технічних помилок, тоді як курсантами ЕГ – 32 ($p\leq0,001$).

Порівняльний аналіз даних свідчить про те, що курсантами ЕГ під час виконання даного прийому статистично достовірно менше допускалися технічні

помилки: курсантом не виконується крок лівою (правою) ногою назад з розворотом на 90° після нанесення розслабляючого удару (ЕГ – 12 разів, КГ – 24 рази, $p \leq 0,01$), курсантом не виконується скручування передпліччя і кисті утримуваної руки правопорушника під кутом 90° назовні (ЕГ – 5 разів, КГ – 19 разів, $p \leq 0,01$), курсантом неправильно виконано захоплення кисті правопорушника (ЕГ – 9 разів, КГ – 18 разів, $p \leq 0,05$), курсант не завдає правопорушнику розслабляючий удар ногою в ділянку паху або опорної ноги (ЕГ – 6 разів, КГ – 16 разів, $p \leq 0,05$).

Необхідно також зазначити, що найменшу кількість помилок курсантами КГ (21) та ЕГ (14) ($p > 0,05$) було допущено під час виконання больового прийому важіль ліктя через стегно.

По закінченню формувального експерименту встановлено, що впровадження запропонованих комплексів фізичних вправ у процес СФП позитивно впливає на підвищення рівня розвитку сили та бистроти курсантів ($p \leq 0,05$) (рис. 5).

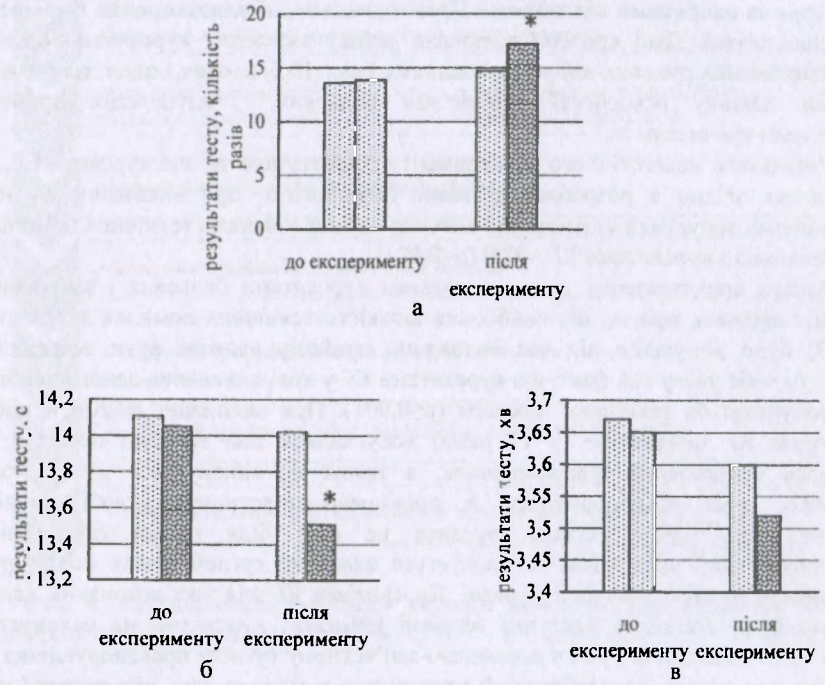


Рис. 5. Результати виконання курсантами тестів з фізичної підготовленості: * – різниця статистично достовірна при $p \leq 0,05$; а – підтягування на високій перекладині, кількість разів; б – біг 100 м, с; в – біг 1000 м, хв.; ▨ – контрольна група; ▩ – експериментальна група

Як показав аналіз експериментальних даних, зміна організаційно-методичних підходів підвищення рівня фізичної підготовленості та навчання техніки

рукопашного бою в процесі СФП курсантів з використанням комп'ютерної мультимедіа інформаційно-методичної програми дозволило підвищити ефективність педагогічного процесу.

У п'ятому розділі **«Аналіз та узагальнення результатів дослідження»** здійснено узагальнення експериментальних даних і теоретичного аналізу, які дозволили вирішити важливу науково-практичну проблему – формування техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України.

Проведені дослідження дали можливість отримати три групи даних: ті, які підтверджують; доповнюють існуючі розробки й абсолютно нові результати з проблеми дослідження.

Підтверджено дані В. Б. Коренберг (1981–2005); Ю. В. Тупеева (2010); R. Епоса (2008); V. Zatsiorsky (2012) про ефективність і доцільність використання методів кваліметрії під час визначення типових помилок, які допускають ті, хто займається, при освоєнні техніки рухових дій; наукові факти, представлені в роботах В. М. Платонова (1997–2013); В. М. Болобана (2000–2014); Т. Б. Кутек (2011-2014); С. В. Дмитрієва, (2010), що свідчать про ефективність використання підвідних і імітаційних вправ у процесі формування техніки рухових дій тих, хто навчається.

Отримали подальший розвиток умови реалізації принципу наочності (И. П. Ратов, 2007; Ю. В. Тупеев, 2011; В. В. Яременко, 2014) у процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України.

Доповнено з боку системних позицій теоретичні уявлення про пріоритетність навчання больових і задушливих прийомів курсантів (И. П. Закорко, 2001; А. З. Естемесов, 2006; О. А. Ярещенко, 2008; А. Журавель, Ю. Логвиненко, Р. Скирта 2013).

У ході проведених досліджень було отримано нові дані про типові технічні помилки, які допускають курсанти у ході освоєння больових і задушливих прийомів. Розроблено комп'ютерну мультимедіа інформаційно-методичну програму «ПРАВОЗАХИСНИК». На підставі виявлених типових помилок, які допускають курсанти під час освоєння больових і задушливих прийомів, розроблено технологію формування техніки базових прийомів рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України з урахуванням рівня розвитку їх рухових якостей та використанням комп'ютерних програм.

ВИСНОВКИ

1. Аналіз даних спеціальної науково-методичної літератури та узагальнення досвіду провідних фахівців свідчить про наявність великого масиву наукових знань, що визначають можливості інтенсифікації процесу навчання техніки рухових дій в єдиноборствах. Підвищення якості навчального процесу з дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» у вищих навчальних закладах МВС України вимагає від фахівців пошуку і впровадження ефективних методик і технологій розвитку спеціальних фізичних якостей, навчання техніки рукопашного бою, що сприяють досягненню високого професійного рівня курсантів. Комп'ютерні мультимедіа технології мають ряд переваг перед традиційними підходами формування техніки

рухових дій. Основними аргументами на користь комп'ютерних мультимедіа технологій навчання є наочність, інтерактивність, можливість використання комбінованих форм подання інформації та реалізація самостійного навчання, що у підсумку позначається на швидкості і якості засвоєння матеріалу. Якщо розглядати питання, що стосуються впровадження в процес СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України сучасних мультимедіа інформаційно-методичних програм, спрямованих на підвищення ефективності навчання базових елементів техніки рукопашного бою, то можна констатувати, що їх фактично немає. Таким чином, дана проблема недостатньо розглянута і вимагає подальшого вивчення.

2. Дані, отримані у ході тестування фізичної підготовленості курсантів свідчать про те, що тільки у 16,7 % був відзначений відмінний рівень розвитку бистроти, у 20 % – добрий, а у 63,3 % – задовільний. В той же час, оцінюючи рівень розвитку витривалості курсантів, виявлено, що у 70 % він є задовільним, у 16,7 % – добрим, а у 13,3 % курсантів – відмінним. Результати рівня розвитку сили курсантів, свідчать про те, що у 23,3 % досліджуваних був відзначений відмінний рівень, у 40 % – добрий, а у 36,7 % курсантів виявлено задовільний рівень розвитку сили. Недостатній рівень розвитку спеціальних фізичних якостей суттєво впливає на якість формування базової техніки рукопашного бою та обумовлює необхідність їх розвитку для успішного засвоєння основних прийомів.

3. У наукових дослідженнях останніх років обґрунтовано доведено, що однією з основних детермінант зниження ефективності формування техніки рухової дії є помилки. Використання методу експертних оцінок дозволило ранжувати групи прийомів у рукопашному бою, під час освоєння яких курсантами допускається найбільша кількість технічних помилок. Встановлено, що курсанти найчастіше допускають технічні помилки при вивченні больових і задушливих прийомів, наступною за складністю освоєння техніки рухових дій є група прийомів – звільнення від захватів і обхватів. При освоєнні різних стійок, пересувань, блоків курсанти допускають найменшу кількість помилок. Під час проведення експертизи методом надання переваги розрахункове значення коефіцієнта конкордації становило 0,89, що свідчить про те, що експертиза відбулася, а думки експертів узгоджені.

4. Експертами виявлено і ранжовано типові технічні помилки, які допускають курсанти у ході освоєння больових і задушливих прийомів. Встановлено, що курсанти найчастіше допускають такі помилки: при «пусковій позі» тіла – біомеханічне раціональне положення біоланок тіла на опорі, яке дозволяє створити оптимальні умови виконання техніки рухових дій; при опорних взаємодіях (забезпечення умов, необхідних для оптимального контакту тіла з опорою); при управлінні статодинамічною стійкістю тіла (як збереження або відновлення вертикальної стійкості тіла, так і при переході до активних переміщень тіла під час проведення прийому).

5. Основою при розробці технології формування техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів послужили виявлені експертами технічні помилки, які допускають ті, хто займається, при освоєнні базової техніки рукопашного бою та рівень розвитку спеціальних фізичних якостей. Основними компонентами

технології є: мета і завдання, форми організації занять, їх зміст, запропонована послідовність навчання техніки больових і задушливих прийомів, 14 комплексів фізичних вправ, а також мультимедійна комп'ютерна інформаційно-методична програма «ПРАВОЗАХИСНИК».

6. Розроблена мультимедійна комп'ютерна інформаційно-методична програма «ПРАВОЗАХИСНИК» мас лінійно розгалужене подання матеріалу, включає два модулі: «Теорія» і «Практика». Змістом мультимедійної інформаційно-методичної програми є систематизований, структурований обсяг знань, котрі складаються з попередньо відібраного матеріалу у вигляді окремих модулів, що описують базову техніку рукопашного бою. Мультимедіа інформаційно-методична система «ПРАВОЗАХИСНИК» дозволяє інтегрувати різні середовища подання інформації – текст, статичну і динамічну графіку, відеозаписи – в єдиний комплекс, що дозволяє курсанту стати активним учасником процесу спеціальної фізичної підготовки. Методичні підходи навчання техніки больових і задушливих прийомів рукопашного бою з використанням мультимедійної інформаційно-методичної програми базувалися на наочному методі (графічна інформація, анімація та відеоролики), який у процесі навчання сприяє створенню уявлення досліджуваних рухових дій, сприяє розумінню призначення кожного елемента техніки у фазовій структурі досліджуваного прийому.

7. Ефективність технології формування техніки рукопашного бою курсантів у процесі СФП підтверджена експериментально. Так, курсанти ЕГ, які тренувалися за розробленою нами технологією з використанням мультимедіа інформаційно-методичної програми «ПРАВОЗАХИСНИК», при виконанні кожного з 11 прийомів допустили статистично значущу меншу кількість помилок – 337, порівняно з курсантами КГ – 690 ($p < 0,001$). Так, наприклад, при виконанні больового прийому важіль руки через передпліччя при підході збоку курсантами КГ було допущено 91 технічну помилку, а курсантами ЕГ – 40 ($p \leq 0,001$). Доцільно зазначити, що виявлено статистично достовірну різницю при зіставленні кількості допущених типових технічних помилок під час виконання даного прийому між курсантами КГ та ЕГ: курсант неправильно виконує скручування захопленої руки правопорушника на початку проведення прийому (КГ – 17, ЕГ – 6, $p \leq 0,01$), неправильно виконує захоплення за кисть правопорушника (КГ – 16, ЕГ – 7, $p \leq 0,05$), не завдає розслабляючий удар правопорушнику (КГ – 16, ЕГ – 7, $p \leq 0,05$).

Після проведення педагогічного експерименту у курсантів ЕГ статистично достовірні позитивні зміни ($p \leq 0,05$) спостерігалися за показниками, що характеризують силу та бистроту. Слід зазначити, що у курсантів КГ також спостерігалися позитивні зміни у показниках фізичної підготовленості, проте вони не були статистично достовірними ($p \geq 0,05$).

8. Встановлено, що при використанні технології формування техніки рукопашного бою, зокрема її компонента – мультимедійної інформаційно-методичної програми «ПРАВОЗАХИСНИК, у в процесі СФП розширюються організаційні форми самостійної роботи курсантів. Це сприяє формуванню їхньої інформаційної культури, дозволяє не тільки закріплювати отримані знання та

навички, а й управляти самостійною роботою, формуючи основи подальшої самоосвіти та професійного зростання майбутнього фахівця.

Проведене дослідження дозволяє виділити напрями подальшого розгляду проблеми навчання техніки рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України. Предметом наукового пошуку можуть стати різні аспекти цього процесу, наприклад формування техніки захисних дій від погрози холодною зброєю.

СПИСОК ОПУБЛІКОВАНІХ ПРАЦЬ ЗА ТЕМОЮ ДИСЕРТАЦІЇ

Наукові праці, в яких опубліковані основні результати дослідження

1. *Кашуба В. А.* Моделирование движений в спортивной тренировке / В. А. Кашуба, Ю. В. Литвиненко, В. А. Данильченко // Физ. восп. студентов. – 2010. – № 4. – С. 40–44. Журнал входить до міжнародних наукометричних баз: IndexCopernicus, Ulrich's Periodicals Directory; WorldCat; DOAJ; CABI; CAB Direct; Google Scholar; Academic Journals Database; CORE; PBN. *Особистий внесок здобувача полягає в аналізі літературних джерел та досвіду провідних фахівців даної галузі знань.*

2. *Кашуба В. А.* К вопросу возможностей использования информационных технологий в общеобразовательном процессе курсантов МВД Украины / В. А. Кашуба, В. А. Данильченко, Т. А. Хабинец // Физ. восп. студентов. – 2012. – № 1. – С. 30–33. Журнал входить до міжнародних наукометричних баз: IndexCopernicus, Ulrich's Periodicals Directory; WorldCat; DOAJ; CABI; CAB Direct; Google Scholar; Academic Journals Database; CORE; PBN. *Особистий внесок здобувача полягає у збиранні інформації, аналізі, узагальненні матеріалів.*

3. *Данильченко В. А.* Использование информационных технологий в процессе обучения технике двигательных действий / В. А. Данильченко, Т. А. Хабинец, Ю. Л. Хлевна // Педагогіка, психологія та медико-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. – Харків, 2012. – № 3. – С. 29–32. Журнал входить до міжнародних наукометричних баз: IndexCopernicus, Ulrich's Periodicals Directory; WorldCat; DOAJ; CABI; CAB Direct; Google Scholar; Academic Journals Database; CORE; PBN. *Особистий внесок здобувача полягає у збиранні та узагальненні інформації з документальних джерел, мережі Інтернет.*

4. *Данильченко В. А.* Обучение технике рукопашного боя на основе использования возможностей информационно-методической программы «Правозащитник» / В. А. Данильченко, Ю. Л. Хлевна // Молодіж. наук. вісник Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки. – 2012. – № 6. – С. 7–11. *Особистий внесок здобувача полягає у формулюванні мети та завдань роботи, проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів.*

5. *Данильченко В.* К вопросу о наиболее типичных ошибках, которые допускают курсанты вузов МВД Украины при освоении болевых приемов / В. Данильченко // Молодіж. наук. вісник Волин. нац. ун-ту імені Лесі Українки. – Луцьк, 2012. – № 7. – С. 34–39.

6. *Данильченко В.* Формування техніки рукопашного бою курсантів МВС України із застосуванням інформаційних технологій / В. Данильченко, Ю. Хлевна / Теорія і методика фіз. виховання. – 2013. – № 1. – С. 112–118. Видання включено до міжнародної наукометричної бази Index Copernicus. *Особистий внесок здобувача полягає у формулюванні мети та завдань роботи, проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів.*

7. *Данильченко В. А.* Использование инновационных технологий в формировании техники боевых приемов курсантов МВД Украины / В. А. Данильченко, Ю. Л. Хлевна // Теория и методика физ. культуры. – 2013. – № 1. – С. 48–55. *Особистий внесок здобувача полягає у формулюванні мети та завдань роботи, проведенні експериментальних досліджень, аналізі отриманих результатів.*

8. *Данильченко В. А.* Типичные ошибки, которые допускают курсанты высших учебных заведений МВД Украины при освоении болевых приемов / В. А. Данильченко, Т. А. Хабинец // Физ. восп. студентов. – 2014. – № 4. – С. 20–25. Журнал входить до міжнародних наукометричних баз: IndexCopernicus, Ulrich's Periodicals Directory; WorldCat; DOAJ; CABI; CAB Direct; Google Scholar; Academic Journals Database; CORE; PBN. *Особистий внесок здобувача полягає у постановці проблеми, проведенні досліджень, обробці отриманих даних, аналізі результатів і формулюванні висновків.*

Опубліковані праці апробаційного характеру

1. *Данильченко В. А.* Анализ возможностей использования метода моделирования в спортивной тренировке / В. А. Данильченко // IV Междунар. науч.-практ. конф. молодых ученых «Актуальные проблемы теории и методики физической культуры, спорта и туризма». – Минск, 2011. – С. 12–14.

2. *Данильченко В. А.* Использование метода квалиметрии при оценке типичных ошибок, которые допускают курсанты высших учебных заведений Украины при освоении болевых приемов / В. А. Данильченко, Т. А. Хабинец // XVIII Междунар. науч. конгр. «Олимпийский спорт и спорт для всех» : материалы. – 2014. – Т. 2. – С. 138–141. *Особистий внесок автора полягає в узагальненні наукових даних та написанні окремих положень статті.*

АНОТАЦІЇ

Данильченко В. А. Формування техніки рукопашного бою в процесі спеціальної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС України – На правах рукопису.

Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата наук з фізичного виховання та спорту за спеціальністю 24.00.02 – фізичне культура, фізична виховання різних груп населення. – Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ, 2015.

Дисертаційну роботу присвячено обґрунтуванню і розробці технології формування техніки базових прийомів рукопашного бою в процесі СФП курсантів вищих навчальних закладів МВС України з урахуванням рівня розвитку фізичних якостей та використанням комп'ютерних програм.

БІБЛІОТЕКА
ЛЬВІВСЬКОГО ДЕРЖАВНОГО
УНІВЕРСИТЕТУ ФІЗИЧНОЇ
КУЛЬТУРИ

Основними компонентами технології є: мета і завдання, форми організації занять, їх зміст та обсяг тренувальних навантажень, запропонована послідовність навчання курсантами техніки больових і задушливих прийомів, 14 комплексів фізичних вправ, а також мультимедійна комп'ютерна інформаційно-методична програма «ПРАВОЗАХИСНИК».

Ефективність технології формування техніки рукопашного бою курсантів у процесі СФП підтверджена експериментально. Результати досліджень впроваджено у навчальний процес Національного університету фізичного виховання і спорту України, у навчальний процес Навчально-наукового інституту підготовки фахівців для підрозділів слідства та кримінальної міліції НАВС, що підтверджено відповідними актами.

Ключові слова: спеціальна фізична підготовка, формування техніки, рукопашний бій, курсанти, комп'ютерні технології.

Данильченко В. А. Формирование техники рукопашного боя в процессе специальной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МВД Украины. – На правах рукописи.

Диссертация на соискание ученой степени кандидата наук по физическому воспитанию и спорту по специальности 24.00.02 – физическая культура, физическое воспитание разных групп населения. – Национальный университет физического воспитания и спорта Украины, Киев, 2015.

Диссертационная работа посвящена обоснованию и разработке технологии формирования техники базовых приемов рукопашного боя в процессе специальной физической подготовки курсантов высших учебных заведений МВД Украины с учетом уровня развития физических качеств и с использованием компьютерных программ.

При анализе специальной научно-методической литерагуры внимание было акцентировано на выделении и изложении основных идей, положений, результатов эмпирических исследований, определяющих совершенствование системы специальной физической подготовки курсантов в высших учебных заведениях МВД Украины. Проанализированы теоретические основы обучения двигательным действиям, а также методические подходы к формированию техники рукопашного боя.

Анализ данных специальной научно-методической литературы и обобщение опыта ведущих специалистов свидетельствует о наличии большого массива научных знаний, определяющих возможности интенсификации процесса обучения техники двигательных действий в единоборствах. 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 развития специальных физических качеств, обучения технике рукопашного боя, способствующих достижению высокого профессионального уровня курсантов.

Использование метода экспертных оценок позволило ранжировать группы приемов в рукопашном бое, при освоении которых курсантами допускается

наибольшее количество технических ошибок. Установлено, что курсанты наиболее часто допускают технические ошибки при изучении болевых и удушающих приемов, следующей по сложности освоения техники двигательных действий является группа приемов – освобождение от захватов и обхватов. Интересен тот факт, что при освоении различных стоек, передвижений, блоков курсантами допускается наименьшее количество ошибок.

Экспертами выявлены и ранжированы типичные технические ошибки, которые допускают курсанты при освоении болевых и удушающих приемов. Установлено, что курсантами наиболее часто допускаются ошибки: при «пусковой позе» тела; при опорных взаимодействиях при управлении статодинамической устойчивостью тела и, как правило, они имели низкий уровень развития специальных физических качеств.

Основными компонентами разработанной технологии формирования техники базовых приемов рукопашного боя в процессе специальной физической подготовки у курсантов высших учебных заведений МВД Украины являются: цель и задачи, формы организации занятий, их содержание, объем тренировочных нагрузок, предложенная последовательность обучения курсантами техники болевых и удушающих приемов, 14 комплексов физических упражнений, а также компьютерная мультимедийная информационно-методическая программа «ПРАВОЗАЩИТНИК».

В основу разработки компьютерной мультимедиа информационно-методической программы «ПРАВОЗАЩИТНИК» легли результаты экспертной оценки технических ошибок, которые допускают курсанты при освоении базовых приемов рукопашного боя. Отличительными особенности применения компьютерной мультимедиа информационно-методической программы «ПРАВОЗАЩИТНИК» в формировании базовой техники рукопашного боя в процессе СФП у курсантов заключается в следующем: проведение практического занятия преподавателем осуществляется на основе применения видеоматериалов, курсантам информация представляется в максимально доступной для их восприятия форме, в сочетании показа с объяснением; фиксация внимания курсантов на отдельных фазах технического приема, что обеспечивает четкое понимание назначения каждого элемента техники в смысловой структуре изучаемого двигательного действия; создается база данных дидактических материалов формирования базовой техники рукопашного боя в процесс СФП у курсантов.

Эффективность технологии формирования техники рукопашного боя курсантов в процессе специальной физической подготовки подтверждена экспериментально. Изменение организационно-методических подходов повышения уровня физической подготовленности и обучения базовой техники рукопашного боя (болевым и удушающим приемам) курсантов экспериментальной группы с использованием компьютерных программ позволило повысить эффективность учебно-тренировочного процесса.

Ключевые слова: специальная физическая подготовка, формирование техники, рукопашный бой, курсанты, компьютерные технологии.

Danylchenko V. A. Development of hand-to hand combat techniques in the process of physical training of students of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. – With the rights of a manuscript.

Dissertation on competition of a scientific degree of the Candidate of sciences in physical education and sport, speciality 24.00.02 – physical education, physical culture of different population groups. – National University of Physical Education and Sport of Ukraine, Kyiv, 2015.

The thesis is focused on the substantiation and elaboration of the technology for formation of hand-to-hand combat basics techniques in the process of special physical training of students of higher educational institutions of the MIA of Ukraine with account of development of physical abilities and through the use of computer software.

The main components of the technology are: the aim and the objective, organizational forms of training sessions, their content and the volume of training loads, proposed order of learning of pain and suffocation locks, 14 complexes of physical exercises as well as multimedia information and methodological software «LAW ENFORCEMENT OFFICER».

The efficiency of the technology for formation of hand-to-hand combat techniques in special physical training of students is proved experimentally. The results of the study are used in the educational process at the National University of Physical Education and Sport of Ukraine and in the educational process at the Educational and Research Institute for Investigation Departments and Criminal Militia Specialists Training of the National Academy of Internal Affairs that is supported by the relevant certificates.

Keywords: special physical training, technique development, hand-to-hand combat, students, computer technology.

Підписано до друку 28.05.2015 р. Формат 60х90/16.
Ум. друк. арк. 0,9. Обл.-вид. арк. 0,9.
Тираж 100. Зам. 49.

«Видавництво "Науковий світ"»®
Свідоцтво ДК № 249 від 16.11.2000 р.
м. Київ, вул. Казимира Малевича (Боженка), 23, оф. 414.
200-87-15, 050-525-88-77
E-mail: nsvit23@ukr.net
Сайт: nsvit.cc.ua