

Научная статья

УДК 378+796.015

<https://doi.org/10.24412/2658-638X-2025-4-180-186>

EDN: <https://elibrary.ru/jeovac>

НИОН: 2018-0077-4/25-685

MOSURED: 77/27-024-2025-04-884

Область науки: 5. Социальные и гуманитарные науки

Группа научных специальностей: 5.8. Педагогика

Шифр научной специальности: 5.8.7. Методология и технология профессионального образования

Алгоритм построения программы формирования двигательного образа при отработке защитных действий против правонарушителя, вооруженного холодным оружием в различных ситуациях

Альберт Иванович Куров¹, Степан Игоревич Облап², Ахмед Шайхиевич Бибиев³

^{1,2} Краснодарский университет Министерства внутренних дел Российской Федерации, Краснодар, Россия

¹ albert.kurov.69@mail.ru

² stepan.oblap@mail.ru

³ Брянский филиал Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова, Брянск, Россия, bibiev68@mail.ru

Аннотация. Рассматривается построение алгоритма сформированности двигательного образа при отработке атакующих и защитных действий в силовом противодействии с правонарушителем, вооруженным холодным оружием (ножом), во время преодоления различных препятствий психофизической направленности для формирования стрессустойчивого состояния в различных ситуациях. Приводятся результаты исследования.

Предлагаемая методика совершенствования специальной физической подготовки базируется на реорганизации структуры учебных занятий. Целью данной работы является повышение психофизической устойчивости сотрудников правоохранительных органов в процессе выполнения боевых приемов самозащиты от правонарушителей, использующих холодное оружие (нож). В результате педагогического эксперимента положительный результат был достигнут путем моделирования ситуаций, максимально приближенных к реальным, в разнообразных условиях.

Ключевые слова: метод, двигательный образ, слушатели, курсанты, холодное оружие, преодоление препятствий, сотрудники полиции

Для цитирования: Куров А. И., Облап С. И., Бибиев А. Ш. Алгоритм построения программы формирования двигательного образа при отработке защитных действий против правонарушителя, вооруженного холодным оружием в различных ситуациях // Психология и педагогика служебной деятельности. 2025. № 4. С. 180–186. <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2025-4-180-186>. EDN: JEovac.

Original article

An algorithm for constructing a program for the formation of a motor image when practicing defensive actions against an offender armed with a cold weapon in various situations

Albert I. Kurov¹, Stepan I. Oblap², Akhmed Sh. Bibiev³

^{1,2} Krasnodar University of the Ministry of Internal Affairs of the Russian Federation, Krasnodar, Russia

¹ albert.kurov.69@mail.ru

² stepan.oblap@mail.ru

³ Bryansk branch of the Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.V. Lukyanov, Bryansk, Russia, bibiev68@mail.ru

Abstract. Construction of an algorithm for the formation of a motor image when practicing attacking and defensive actions in forceful counteraction with an offender armed with a cold weapon (knife), while overcoming various obstacles of a psychophysical orientation to form a stable state with stress in various situations. The article presents the results of pedagogical research.

The proposed methodology for improving special physical training is based on the reorganization of the structure of training sessions. The purpose of this work is to increase the psychophysical stability of law enforcement officers of the Ministry of Internal Affairs in the process of performing combat techniques of self-defense against offenders using edged weapons (knives). Because of the pedagogical experiment, a positive result was achieved by modeling situations as close as possible to real ones in a variety of conditions.

Keywords: method, motor image, students, cadets, cold steel, overcoming obstacles, police officers

For citation: Kurov A. I., Oblap S. I., Bibiev A. Sh. An algorithm for constructing a program for the formation of a motor image when practicing defensive actions against an offender armed with a cold weapon in various situations. *Psychology and pedagogy of service activity*. 2025;(4):180–186. (In Russ.). <https://doi.org/10.24412/2658-638X-2025-4-180-186>. EDN: JEovac.

Сотрудники правоохранительных органов при выполнении своих служебных обязанностей очень часто подвергаются нападению со стороны правонарушителей, и, что печально, все чаще с использованием холодного оружия. Во время проверки личности подозреваемого не всегда сотрудники правоохранительных органов правильно и качественно соблюдают гарантии личной безопасности, пропускают удары рукой, ногой, головой, локтями, а иногда и предметами, но самое печальное – удары холодным оружием (ножом). Все чаще происходят нападения правонарушителей на сотрудников полиции во время силового противодействия с применением холодного оружия, в результате наблюдается рост случаев нападений со стороны профессионалов, владеющих техникой ножевого боя, в результате сотрудники получают травмы, а иногда поединок заканчивается летальным исходом.

Лица (спортсмены), занимающиеся восточными единоборствами, предполагающими использование оружия, проходят специализированную подготовку. Значительное число граждан оплачивают курсы обучения владению боевым ножом.

Существующая система подготовки сотрудников правоохранительных органов не отвечает в полной мере необходимому уровню своей компетенции, чтобы противостоять наиболее подготовленному правонарушителю, использующему холодное оружие в силовом противодействии.

В сложившейся обстановке необходимо пересмотреть способы и методы подготовки сотрудников правоохранительных органов, особенно в части противодействия нападению с применением холодного оружия. Существующие методы, основанные на блокировании ударов руками и предплечьями, не обеспечивают должной защиты и приводят к травмам.

Предлагается разработка и внедрение специализированных программ обучения, включающих в себя следующие элементы: изучение основ психологии правонарушителя, владеющего холодным оружием;

– обучение защитным действиям против холодного оружия, ориентированным на нейтрализацию угрозы с минимальным риском для сотрудника правоохранительных органов;

– обучение использованию защитного снаряжения, включая специальные жилеты и перчатки, устойчивые к порезам;

– использование при отработке защитных действий холодного оружия (металлический нож с тупым концом) для выработки психофизической устойчивости;

– формирование навыков тактического мышления и принятия решений в условиях быстро меняющейся обстановки.

Следует подчеркнуть, что эффективная подготовка сотрудников полиции к противодействию нападению с применением холодного оружия является сложной и многогранной задачей, требующей комплексного подхода. Необходимо учитывать как теоретические знания, так и практические навыки, а также психологическую устойчивость и готовность к действиям в экстремальных ситуациях. Только в этом случае можно обеспечить безопасность сотрудников правоохранительных органов и возможность защитить граждан от преступных посягательств правонарушителей.

Анализ статистических данных, отражающих распространенность случаев применения холодного оружия правонарушителями, говорит о необходимости внедрения в процесс обучения наиболее эффективных и рациональных методов и способов защиты.

Эффективная защита от угрозы нападения с применением холодного оружия достижима лишь при условии владения всесторонне разработанной системой силовых методов противодействия правонарушителю. Успешное применение даже самых действенных техник в реальной схватке напрямую обусловлено качеством методики их изучения и практической отработки, обеспечивающей адекватность реакции на возникающие угрозы.

Основой такой системы является не только освоение конкретных боевых приемов, но и формирование устойчивых навыков, позволяющих быстро и эффективно оценивать обстановку, предвидеть действия нападающего и применять соответствующие контрмеры. Важным аспектом является развитие чувства дистанции, умение контролировать положение тела и быстро перемещаться, уклоняясь от ударов правонарушителя, вооруженного холодным оружием, и занимая выгодную позицию для контратаки.

В процесс обучения необходимо включать изучение техник защиты, атак, а также психологическую подготовку, направленную на развитие стрессоустойчивости, концентрации и способности сохранять хладнокровие в критической ситуации. Моделирование реальных ситуаций, имитирующих нападение с использованием различных видов холодного оружия, позволяет адаптироваться к динамике боя и научиться принимать взвешенные решения в условиях ограниченного времени.

Необходимо учитывать, что эффективность защиты от холодного оружия во многом зависит от физической

подготовки сотрудников правоохранительных органов. Развитие силы, скорости, выносливости, гибкости, ловкости является неотъемлемой частью подготовки. Регулярные тренировки с использованием специализированных упражнений, направленных на укрепление мышц, улучшение координации и развитие реакции, позволяют повысить шансы на успешное противодействие нападающему.

Особое внимание следует уделять изучению уязвимых точек на теле человека, поражение которых может привести к быстрому выведению правонарушителя из строя. Однако необходимо помнить, что применение силовых методов противодействия должно быть соразмерно угрозе и соответствовать действующему законодательству. Обучение должно включать в себя изучение правовых аспектов самообороны, чтобы избежать превышения пределов необходимой обороны и не понести уголовную ответственность.

Эффективная защита от угрозы нападения с применением холодного оружия достижима лишь при условии владения всесторонне разработанной системой силовых методов противодействия правонарушителю. Успешное применение даже самых действенных техник в реальной схватке напрямую обусловлено качеством методики их изучения и практической отработки, обеспечивающей адекватность реакции на возникающие угрозы.

Основой такой системы является не только освоение конкретных боевых приемов, но и формирование устойчивых навыков, позволяющих быстро и эффективно оценивать обстановку, предвидеть действия нападающего и применять соответствующие контрмеры.

Только при условии систематических и целенаправленных тренировок можно сформировать навыки, необходимые для успешного противодействия нападающему и защиты своей жизни и здоровья.

При столкновении с правонарушителем, использующим холодное оружие, необходимо обратить внимание на то, каким хватом удерживается нож. Если правонарушитель удерживает нож острием вверх, то наиболее вероятно будут атаки снизу. При хвате ножа острием, направленным вниз, вероятны удары сверху, рубящие движения с атакой в грудь или живот. Чаще всего атаки происходят при приближении правонарушителя сбоку.

При анализе стойки правонарушителя важно учитывать не только положение ножа, но и его доминирующую руку. Левша будет наносить удары с непривычной для правши траектории, что может создать дополнительную сложность в обороне. Необходимо сохранять дистанцию, позволяющую реагировать на атаку, но не настолько большую, чтобы правонарушитель мог беспрепятственно развить скорость удара.

Эффективная защита от ножевой атаки требует сочетания нескольких элементов: уклонов, блоков, отходов и, по возможности, контратак. Уклоны позволяют избежать прямого контакта с клинком, а блоки – перенаправить удар в менее опасную область. Отходы необходимы для создания пространства и времени для оценки ситуации и выбора дальнейших действий. Контратаки,

в свою очередь, могут дезориентировать правонарушителя и создать возможность для захвата или обезоруживания.

Обезоруживание – крайне сложный и рискованный прием, требующий высокой точности и скорости. Неудачная попытка обезоруживания может привести к серьезным травмам. Поэтому данный прием следует применять только в крайнем случае, когда другие варианты защиты невозможны. Важно помнить, что попытка обезоруживания должна быть максимально быстрой и решительной.

В любой ситуации ножевого боя ключевым фактором является психологическая устойчивость. Паника и страх могут парализовать волю и снизить шансы на выживание. Необходимо сохранять хладнокровие, трезво оценивать ситуацию и действовать быстро, решительно и эффективно. Знание техники атаки и защиты от холодного оружия, контроль над эмоциями и уверенность в своих силах – вот основные элементы успешной защиты против вооруженного ножом правонарушителя.

В дополнение необходимо подчеркнуть важность тренировок и отработки навыков атакующих и защитных действий против холодного оружия. Регулярные занятия с квалифицированным преподавателем (инструкторами, тренерами) позволят развить необходимую мышечную память и автоматизм движений защитных и атакующих действий. Важно не только изучать технику защиты, но и моделировать реальные ситуации нападения правонарушителя холодным оружием, чтобы научиться быстро адаптироваться к изменяющимся условиям боя. В процессе тренировок особое внимание следует уделять развитию скорости реакции, координации движений и умению мгновенно оценивать ситуацию.

Достижению высокого уровня подготовленности атакующих и защитных действий при нападении правонарушителя, вооруженного холодным оружием, требует от сотрудника правоохранительных органов интуитивного умения мгновенно оценивать ситуацию, проанализировать собственные действия в минимальный промежуток времени и применить наиболее эффективные действия. Полицейский в критические моменты при осуществлении защитных действий против атак правонарушителя, вооруженного холодным оружием, не всегда может полагаться на зрительное восприятие, так как не представляется возможным отследить все движения вооруженной руки нападающего.

Но в этом нет ничего страшного, сотрудники полиции должны научиться работать на рефлексам, при помощи сформированного двигательного образа выполнения атакующих и защитных действий против вооруженного холодным оружием правонарушителя.

Кинестетический анализатор играет важную роль в обеспечении точности всех совершаемых движений человеком. Таким образом, улучшение навыков атакующих и защитных действий от правонарушителя, вооруженного холодным оружием, на начальном этапе обучения необходимо начинать с развития умения тщательно

анализировать собственные движения, как выполняется движение и насколько оно эффективно.

Для достижения точности мышечных действий и управления движениями, принципиально важна правильная передача информации в центральную нервную систему. Эта информация поступает от опорно-двигательного аппарата и различных внешних сенсорных систем, предоставляя данные о характере и результативности осуществляемого движения.

Одним из простейших методов срочной информации являются показ атакующих и защитных действий на ассистенте. Преподаватель должен показать защиту от удара ножом сбоку в целом, затем продемонстрировать ошибки по фазам выполнения приема, способы их исправления, т. е. показать правильное положение рук, ног, корпуса, головы и переход на задержание. Большой наглядностью обладает выполнение защитных действий против холодного оружия с разных сторон восприятия у слушателей.

Помимо простейших методов срочной информации в практике применения атакующих и защитных действий против правонарушителя, вооруженного холодным оружием, можно применять и усложненные методы обучения с применением технических средств, таких как, циклография, демография, видеосъемка.

Циклография – метод изучения движений человека путем последовательного фотографирования, выполнения атакующих и защитных действий ассистента с применением холодного оружия.

Динамография – метод исследования мышечной деятельности, основанный на графической регистрации силы и скорости сокращения мышц при выполнении атакующих и защитных действий ассистента с применением холодного оружия.

Киносъемка – процесс создания (получения) кинематографического изображения выполнения атакующих и защитных действий ассистента с применением холодного оружия.

Процесс обучения без применения зрительного анализатора (повязка на глазах), можно применять как на начальной стадии обучения, так и во время тренировки, и совершенствования атакующих и защитных действий против вооруженного холодным оружием ассистента. Полученные результаты показали, что сотрудники правоохранительных органов, выполняющие упражнения без использования зрительного анализатора (повязка на глазах) в темноте, осуществляются ими более точно, эффективно и стабильно.

Улучшение проприоцепции, или мышечно-суставного чувства, может быть достигнуто путем ограничения или исключения зрительного восприятия. Проприоцептивная чувствительность оптимизируется при выполнении упражнений, требующих внутреннего контроля без визуальной обратной связи, что достигается путем частичной или полной изоляции зрительного анализатора. Полученные результаты педагогического эксперимента показали более высокую точность, эффективность и устойчивость выполнения упражнений атакующих и защитных действий против вооруженного холодным оружием ассистента.

Проприоцепция – это способность организма воспринимать положение и движение своих частей тела в пространстве, а также силу и напряжение мышц. Чувство собственного тела и осознание своего положения в пространстве и называется проприоцепцией.

Сотрудники, которые сформировали двигательный образ в процессе обучения атакующих и защитных действий против вооруженного холодным оружием ассистента способствовало лучшему запоминанию выполнения приемов, мышцы при этом быстрее и точнее воспроизводят движения, запоминают напряжение и сокращение мышц, увеличивают амплитуду движений в суставах. В дальнейшем во время тренировки все упражнения выполняются с открытыми глазами, но при этом у занимающихся наблюдаются ощущения, которые сохраняют большую отчетливость и способность к совершенствованию атакующих и защитных действий.

Для более качественного формирования двигательного образа при выполнении атакующих и защитных движений в пространственно-временных параметрах обучающиеся практикуют упражнения вариативного типа с закрытыми глазами (повязка на глазах). На стадии совершенствования все упражнения необходимо чередовать с закрытыми (повязка на глазах) и открытыми глазами.

В процессе обучения атакующим и защитным действиям против ассистента, вооруженного холодным оружием, выполняющий прием не понимает, когда и где он совершает ошибки, а когда упражнение выполнено правильно. Поэтому, когда обучающийся выполняет упражнения без использования зрительного анализатора, процесс обучения идет быстрее, эффективнее и качественнее.

Лучших эффект в более короткий срок обучения дает выполнение упражнений в темное время суток или в полной темноте (без повязки на глазах) с открытыми глазами. Когда сотрудник находится в естественных условиях и свет выключается. Но такой способ возможен, если имеется специально оборудованный спортивный зал или полигон, где имеется специальное оборудование, приборы ночного видения (видеокамеры), которые могут регистрировать выполнение упражнения в темноте, и преподаватель имеет возможность оценить точность выполнения приема и разобрать ошибки с обучающимся на мониторе, экране.

Формирование двигательного образа выполнения атакующих и защитных действий против ассистента (правонарушителя) вооруженного холодным оружием (муляж ножа), где необходимо обучить сотрудников техникам визуализации, которые помогут создать яркие и детализированные образы выполнения боевых приемов борьбы в минимальный промежуток времени.

Важным аспектом является также интеграция визуализации во время отработки защитных действий против ассистента, вооруженного холодным оружием, что позволит сотрудникам осознанно переносить мысленный опыт в реальные ситуации.

Интеграция визуализации в спорте – это использование различных методов и техник для улучшения

подготовки спортсменов, анализа данных и взаимодействия с аудиторией.

Преимущества визуализации двигательного образа выходят далеко за рамки улучшения технических навыков. Этот метод способствует повышению уверенности в себе, снижению уровня стресса и тревоги, а также улучшению концентрации внимания.

В Краснодарском университете МВД России слушатели на занятиях по физической подготовке изучали, отработывали и совершенствовали боевые приемы борьбы. Преподаватели кафедры физической подготовки и спорта объективно фиксировали полученные данные в ходе проведения педагогического эксперимента по преодолению различных препятствий, связанных с опасностью и риском получения травм при выполнении оперативно-служебных задач. Благодаря чему слушатели учатся преодолевать страх, который возникает в критических ситуациях.

Страх – это защитная реакция организма, сигнал тревоги, опасности.

Страх – это сложный психофизиологический процесс, который активизирует симпатическую нервную систему, подготавливая организм к реакции выполнения какого-либо действия (бей-беги) или приводит в состояние ступора. В момент опасности мозг мгновенно оценивает ситуацию и посылает сигнал тревоги. Этот сигнал запускает каскад гормональных изменений. Эти физиологические изменения позволяют человеку быстро реагировать на опасность.

Однако когда страх становится чрезмерным или неконтролируемым, он может парализовать, в результате человек теряет способность рационально мыслить, принимать взвешенные решения. В такой ситуации сотрудник правоохранительных органов не может в минимальный промежуток времени принять правильное решение, в результате возрастает вероятность совершения ошибок, и как следствие травмы, гибель.

Разработанная методика формирования двигательного образа представляет собой перспективный инструмент для подготовки специалистов, работающих в условиях повышенного риска и требующих высокой степени самоконтроля и оперативного принятия решений.

Визуализация проста в использовании, но это один из мощнейших инструментов для ускорения процесса обучения боевым приемам борьбы сотрудников полиции [1, с. 181].

Сотруднику правоохранительных органов необходима осмысленная работа над своим телом (физические упражнения), психические (помогают снизить уровень стресса и тревожности, улучшить концентрацию и повысить уровень самосознания). Систематические занятия по формированию двигательного образа помогут в дальнейшем создать четкий образ желаемых движений и состояний, что способствует их реализации на практике. Сотрудникам предлагалось научиться визуализировать двигательный образ выполнения боевого приема в минимальный промежуток времени [3, с. 89–95]. Внутреннее видение предстоящего движения основано на особенности бессознательной части мыслить образами [2, с. 13].

Организация, методы исследования. Исследование проводилось в период с 2023 г. по 2025 г. В Краснодарском университете МВД России на ФПП, где проходят обучение различные категории слушателей, которые изучают большое количество предметов, необходимых будущим квалифицированным сотрудникам полиции. Одним из основных предметов является физическая подготовка.

Слушателям необходимо за время обучения повысить свою физическую подготовленность, а также обязаны научиться выполнять боевые приемы борьбы в силовом противостоянии с правонарушителем, в различных экстремальных ситуациях. За время обучения слушателям необходимо научиться управлять своим психофизическим состоянием, чтобы стать более стрессоустойчивыми и иметь преимущество перед правонарушителем при силовом противодействии (*применять наиболее рациональные решения*) в различных нестандартных ситуациях.

Творческий коллектив принял решение провести эмпирическое исследование и использовать алгоритм построения программы сформированности двигательного образа [4, с. 60–65] при отработке защитных и атакующих действий против правонарушителя (ассистента), вооруженного холодным оружием (ножом), как наиболее эффективный и простой метод обучения. Данные исследования дают основания предполагать, что полученные результаты могут повлиять на качество подготовки при прохождении промежуточной аттестации по физической подготовке, и, самое главное, при силовом противодействии с правонарушителями при несении службы.

Полученные данные педагогического исследования позволяют нам утверждать, что использование метода визуализации двигательного образа эффективно влияют на процесс обучения слушателей по предмету «Физическая подготовка», в результате чего экспериментальная группа показала высокие показатели не только по разделу «боевые приемы борьбы», но и значительно повысили уровень физической подготовленности и к концу обучения стали стрессоустойчивее [4, с. 60–65].

Полученные данные объективно фиксировались в специальных тетрадках, журналах: фото-, видеофиксация, хронометраж, минуты, секунды, количество раз, выполнения боевых приемов борьбы. Данные исследования проводились в моделированных условиях (полигон [4, с. 60–65], преодоление препятствий в закрытом помещении, с последующим выполнением защитных действий против вооруженного холодным оружием ассистента, упражнение «квадрат».

Экспериментальное исследование проводилось под руководством преподавателей кафедры физической подготовки и спорта в период с 2023 до 2024 г. в условиях прохождения профессиональной подготовки слушателями различных профессиональных категорий обучения в различные промежутки времени (весна, лето, осень, зима). Обработка полученных данных исследования осуществлялась математическим способом [4, с. 60–65].

Результаты исследования и их обсуждение. Порядок проведения работы заключался в следующем

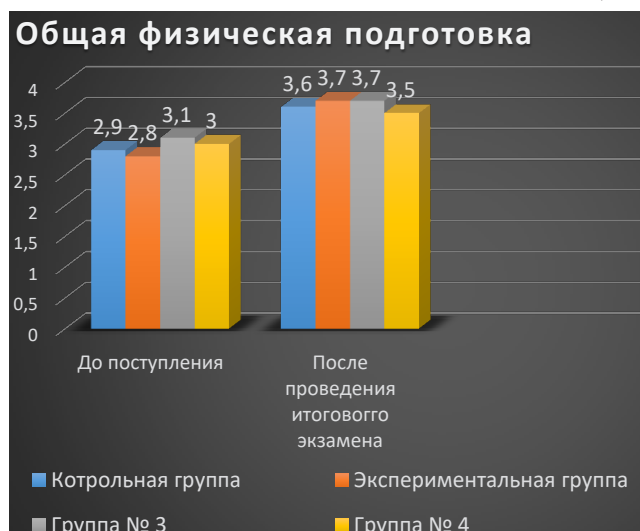
педагогическом эксперименте, в котором приняли участие 80 слушателей. В начале обучения слушатели условно были разделены на две группы: контрольная (60 слушателей: три взвода по 20 чел.) и экспериментальная (20 слушателей, один взвод), в возрасте от 18 до 37 лет. В контрольных группах процесс обучения был традиционный, а в экспериментальной группе процесс дополнялся методом формирования двигательного образа при обучении и совершенствовании боевых приемов, направленный на развитие психофизической устойчивости и эффективность выполнения атакующих и защитных действий в различных условиях [3, с. 89–95].

Анализируются результаты выполнения нормативов по общей физической подготовке (в начале и в конце обучения), выполнение боевых приемов борьбы, по преодолению различных ситуационных задач в специально оборудованном помещении, после выполнения четыре боевых приемов. Преодоление препятствий в закрытых помещениях – это упрощенный доступный вариант преодоления препятствий на местности, оборудованный различными спортивными снарядами и инженерными сооружениями. Препятствия могут быть как переносными, так и постоянными (капитальными), что более предпочтительно, поскольку повышает безопасность при их преодолении [3, с. 89–95].

Результаты исследования доказали, что до эксперимента поступающие на обучение слушатели показали низкий уровень физической подготовленности по общей физической подготовке, показатели приведены в таблице № 1:

- контрольная группа: средний бал (ср.) – 2,9 %;
- экспериментальная группа: ср. – 2,8 %; группа № 3 ср. – 3,1 %; группа № 4 ср. – 3,0 %.

Таблица 1



После проведения итогового экзамена результаты общей физической подготовленности слушателей за время обучения значительно изменились в лучшую сторону: контрольная группа: средний бал (ср.) – 3,6 %; экспериментальная группа: ср. – 3,7 %; группа № 3 – ср. – 3,7 %; группа № 4 – ср. – 3,5 %.

Выполнение защитных действий против правонарушителя (ассистента), вооруженного холодным ору-

жием, в «квадрате», где после преодоления препятствий испытуемый выполняет поочередно из центра ковра к статистам, которые находятся в четырех углах вооруженные холодным оружием (макет ножа), необходимо выполнить защитные действия. Преподаватель оценивает испытуемого по двухбалльной системе: выполнено и не выполнено.

Результаты эксперимента выполнения защитных действий против вооруженного правонарушителя (ассистента) приведены в Таблице № 2. Результаты эксперимента выполнения боевых приемов борьбы показали:

выполнено – экспериментальная группа: 85 %; контрольная группа – 55 %; группа № 3 – 35 %; группа № 4 – 60 %;

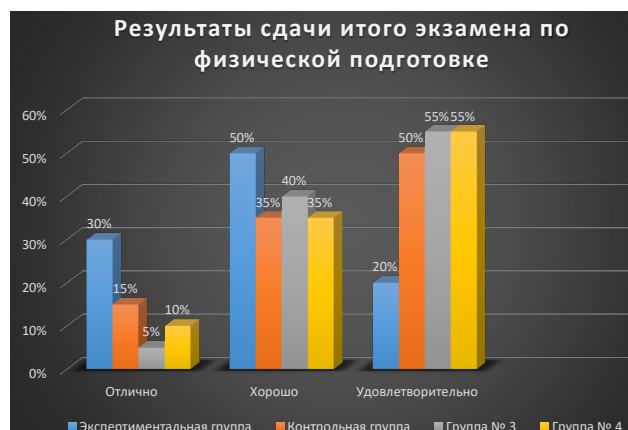
не выполнено – экспериментальная группа: 15 %; контрольная группа – 45 %; группа № 3 – 65 %; группа № 4 – 40 %.

Таблица 2



Результаты эксперимента выполнения боевых приемов борьбы на итоговом экзамене по предмету физическая подготовка приведены в Таблице № 3: экспериментальная группа: отл. – 30 %, хор. – 50 %, уд. – 20 %; контрольная группа: отл. – 15 %, хор. – 35 %, уд. – 50 %; группа № 3: отл. – 5 %, хор. – 40 %, уд. – 55 %; группа № 4 отл. – 10 %, хор. – 35 %, уд. – 55 %.

Таблица 3



Вывод. Результаты педагогического эксперимента показали эффективность метода по формированию двигательного образа и основу психофизической готовно-

сти сотрудников правоохранительных органов для действий в нестандартных условиях с правонарушителем, вооруженного холодным оружием, и составляют хороший уровень подготовленности и необходимое количество прикладных навыков.

Для дальнейшего совершенствования полученных данных сотрудникам правоохранительных органов необходимо дальнейшее совершенствование полученных психологических, тактических и физических навыков:

- необходимо заниматься систематически;
- регулярно анализировать свои действия (удачи и неудачи) выполнения боевых приемов борьбы;
- ведение дневника;
- постоянная работа с преподавателем, инструктором, тренером, что значительно ускорит процесс формирования двигательного образа.

Формирование двигательного образа через осмысленную работу над собой является важным шагом к улучшению выполнения атакующих и защитных действий, но и способствует преодолению страха и дает уверенность в выполнении поставленных задач при несении службы и способствует развитию гармонии между телом и психикой.

Библиографический список

1. Боженова Н. А., Джумагалиева А. А., Заикина О. А. Использование метода визуализации // Международный студенческий вестник. 2018. № 5. С. 181.

Информация об авторах

А. И. Куров – старший преподаватель кафедры физической подготовки и спорта Краснодарского университета МВД России;

С. И. Облап – старший преподаватель кафедры тактико-специальной подготовки Краснодарского университета МВД России;

А. Ш. Бибиев – заместитель начальника кафедры физической подготовки Брянского филиала Орловского юридического института МВД России имени В.В. Лукьянова, кандидат юридических наук.

Information about the authors

A. I. Kurov – Senior Lecturer, Department of Physical Fitness and Sports, Krasnodar University, Ministry of Internal Affairs of Russia;

S. I. Oblap – Senior Lecturer, Department of Tactical and Special Training, Krasnodar University, Ministry of Internal Affairs of Russia;

A. Sh. Bibiev – Deputy Head of the Physical Fitness Department, Bryansk Branch of the Oryol Law Institute of the Ministry of Internal Affairs of Russia named after V.V. Lukyanov, Candidate of Legal Sciences.

Вклад авторов: все авторы сделали эквивалентный вклад в подготовку публикации. Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

Contribution of the authors: the authors contributed equally to this article. The authors declare no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию 24.09.2025; одобрена после рецензирования 24.11.2025; принята к публикации 01.12.2025.

The article was submitted 24.09.2025; approved after reviewing 24.11.2025; accepted for publication 01.12.2025.

2. Курашвили В. А. Метод визуализации в спорте // Вестник спортивных инноваций. 2011. Выпуск № 25 (25). С. 13.

3. Куров А. И., Клименко А. А., Лунин А. А., Никитин Ю. П. Формирование двигательного образа в процессе обучения боевым приемам борьбы курсантов и слушателей вузов МВД России // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2022. № 1. С. 89–95.

4. Куров А. И. и др. Алгоритм построения программы формирования двигательного образа при отработке боевых приемов борьбы в различных ситуациях // Физическая культура, спорт – наука и практика. 2024. № 2. С. 60–65.

Bibliographic list

1. Bozhenova N. A., Dzhumagalieva A. A., Zaikina O. A. Using the visualization method // International Student Bulletin. 2018. No. 5. P. 181.

2. Kurashvili V. A. Visualization method in sports // Bulletin of sports innovations. 2011. Issue No. 25 (25). P. 13.

3. Kurov A. I., Klimenko A. A., Lunin A. A., Nikitin Yu. P. Formation of a motor image in the process of teaching combat techniques to cadets and students of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Russia // Physical Education, Sport – Science and Practice. 2022. No. 1. P. 89–95.

4. Kurov A. I. and others. Algorithm for constructing a program for forming a motor image when practicing combat wrestling techniques in various situations // Physical Education, Sports – Science and Practice. 2024. No. 2. P. 60–65.