

спиратися на формування економічних показників та критеріїв розвитку фізкультурно-спортивного руху, сприяти мотивації населення країни до занять фізичною культурою і спортом, при цьому мотивувати працівників даної сфери до якісного надання спортивних послуг.

ЛІТЕРАТУРА

1. Ліщук С.В. Сучасний стан та тенденції державного регулювання в сфері професійного спорту. *Інвестиції: практика та досвід*. 2015. № 5. С. 106–109.

2. Куделко В.Е. Організація і технологія управління фізичною культурою і спортом у системі районного територіально-адміністративного утворення. Харків: Видавництво харківської державної академії фізичної культури, 2005. 20 с.

2. Про фізичну культуру і спорт: Закон України від 24 грудня 1993 р. *Відомості Верховної Ради України*. 1993. № 3809-XII. Ст. 78.

3. Мальона С.Б. Реорганізаційно-правові аспекти функціонування фізичної культури і спорту. *Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту*. 2006. Вип. 10. Т. 3. С. 6–10.

4. Ліщук С.В. Зарубіжний досвід регіонального управління фізичною культурою та спортом. *Науковий вісник академії муніципального управління: Серія «управління»*. Вип. 4/2014. державне управління та місцеве самоврядування / За заг. ред. В.К. Присяжнюка, в.д. Бакуменка. Київ: Видавничо-поліграфічний центр академії муніципального управління, 2014. С. 359–365.

5. Ліщук С.В. Розвиток законодавчого та нормативно-правового регулювання фізичної культури та спорту. *Становлення сучасного українського суспільства: політичні, управлінські, економічні та правові аспекти: тези доповідей всеукр. науково-практичної конф.* Київ, 27 березня, 2015. Ч. 1. С. 360–363.

Дмитро ПЕТРУШИН
(Дніпро, Україна)

ПРОБЛЕМАТИКА БОКСУ ЯК ОСНОВНОГО ВИДУ ПІДГОТОВКИ ДО КОМПЛЕКСНОГО ЄДИНОБОРСТВА В ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНАХ

На сьогоднішній день в комплексних єдиноборствах техніка боксу є домінуючим ударним компонентом. Але тенденція підготовки в боксі, яка проходить не один рік, орієнтована на роботу з висококваліфікованими спортсменами, які беруться «нізвідки». Зміст програм і навіть наукової навчальної літератури не забезпечують формування надійних арсеналів ударної та захисної техніки. Необхідне корегування методології основної техніко-тактичної підготовки боксерів, яка є базовою.

Радянські боксери довгий час тримали першість на світовій спортивній арені, і бокс був єдиним видом ударних єдиноборств. Та з 70-х років минулого сторіччя в ССРСР почали з'являтися ударні єдиноборства із застосуванням ударів ногами, що спровокувало відхід більшої частини молоді в нові, «загадкові» види бойових мистецтв і створило складнішу проблему забезпечення просторово-значущої, ситуаційно-спарингової діяльності бійців. В силових структурах в якості професійно-прикладної

фізичної підготовки також були введені «руконіжні» види ударних єдиноборств, але практика цих боїв з представництвом в них бійців різноманітних видів єдиноборств показала перевагу боксерів.

Так, по даним педагогічних спостережень, в боях по змішаним ударним єдиноборствам, боксери показують найбільшу щільність атак і оціночних дій. При подальшому аналізі щільності бою в різних видах ударних єдиноборств за 100% ними приймалась кількість спроб нанесення ударів в боксі. Порівнюючи з боксерами, кікбоксери показали активність (щільність ударів) – 78%, спортсмени, які займаються теквандо – 72%, саватисти – 67%, каратисти шотокан – 62%, представники школи кіокушинкай – 85% [1].

У зв'язку з стійким розвитком у світі комплексних єдиноборств і переорієнтування правоохоронних органів на їх використання і можливе застосування, як ведучого виду спорту в професійно-прикладній фізичній підготовці необхідно було проаналізувати перспективу техніки боксу в комплексних єдиноборствах. В результаті педагогічних спостережень за ходом змагань з комплексного єдиноборства встановлено, що 67% виграних балів (включаючи вартість чистої перемоги) належить прийомам, проведеним в положенні стоячи. Із них 43% виграних балів приходить на ударну техніку (28% -- удари руками і 15% -- удари ногами). Таке співвідношення використання технічних дій не відповідає домінуючій оцінці в східних єдиноборствах техніки ударів ногами.

Ефективність бойових дій ще більше схиляється в сторону ударної техніки руками в комплексних єдиноборствах. Так, 23% виграних балів в таких боях приходить на оцінку кидків; 28% балів приходить на оцінку ударів руками і тільки 14% -- на оцінку ударів ногами. Співвідношення ударів руками і ногами в сектори по висоті свідчить про слабе застосування ударів ногами в голову так, як заохочуваним правилами змагань з видів «руко ніжного» бою. З усієї вірогідності, цей факт пояснюється переважним застосуванням в екстремальних ситуаціях більш простих рухів руками на рівні, більш простої, грудної моторики.

Відповідно до даних інших досліджень в практиці змагань з комплексних єдиноборств на удари ногами приходить – 31%, руками – 45%, кидки – 15%, утримання і больові прийоми – 4% ефективності. Дані аналізу відео спостережень по параметру використання часу бою в розділах комплексного єдиноборства свідчить про те, що на сьогоднішній день:

- Найбільш продуктивною є ударна техніка;
- Боротьба в положенні лежачи найменш продуктивна не тільки з професійно-прикладного параметру, але і по рентабельності змагань;
- Положення в захваті для проведення кидків застосовується не рентабельно

Звідси випливає, що для комплексних єдиноборств найбільш перспективною ударною технікою є техніка боксу.

Але сучасний стан багаторічної підготовки боксерів знаходиться під загрозою у зв'язку з орієнтуванням методології на роботу висококваліфікованими спортсменами, залишивши турботи з підготовки спортивного резерву на відкуп тренерам, які зраджують знання, отримані не за допомогою навчальної частини програми, якої в

програмі практично немає, а від тренера – до майбутнього тренера, за принципом «із уст в уста». Як же можна забезпечити високі координаційні властивості бійців в умовах спортивних змагань? Випускники ДЮСШ змушені перенапружувати всі свої фізіологічні і психологічні функції, замість демонстрації факту надійної навченості широкому спектру техніко-тактичних дій [1].

Як правило, в навчальних посібниках і програмах, пропонується проведення технічної дії в лівосторонній, взаємно однойменній стійці. Зрозуміло, що учень змушений навчатися по установленій схемі: удар лівою – удар правою, займаючи лівосторонню асиметричну стійку (як і вся група). У цьому разі всі учні звикають до дій саме в цій взаємній стійці. Внаслідок цього виникає запитання про «лівшу – правшу» і необхідності перенавчатися для бою в умовах взаємної різнойменної стійки, яка потребує координаційного корегування ударної і захисної техніки.

Дані відео аналізу змагальних боїв свідчать про те, що кожен боксер результативно демонструє в них тільки 4,08% від наявного переліку ударної техніки. Цей факт свідчить про першочергову необхідність створення програми для ДЮСШ, яка містить повно об'ємний і систематизований навчальний компонент з урахуванням системи використання в даній класифікації. Тільки у тому разі в усій країні могут бути поставлена педагогічна робота на формування повноцінно технічних навчених бійців, як в боксі, так і в комплексних єдиноборствах.

Таким чином, перед нами постає проблема наповнення етапу початкової підготовки боксерів (і комплексних єдиноборців) навчальним матеріалом, який забезпечував би формування стабільних техніко-тактичних комплексів, які розраховані на адекватність дій при зміні кінематичних ситуацій під час бою, обумовлених формуванням взаємних стійок в проекції на горизонтальну поверхню, що саме по собі вирішить проблему рухомої асиметрії за рахунок педагогічних корегувань.

ЛІТЕРАТУРА

1. Иванов, А.Л. Кикбоксинг. А.Л. Иванов. Киев: Книга-сервис, Перун, 1994. 310 с.
2. Habersetzer, R. Karate-do. R. Habersetzer. Paris: Amphora S.A., 1976. 390 p.

Микола ПОЖИДАЄВ, Дмитро ПЕТРУШИН
(Дніпро, Україна)

ПРОБЛЕМАТИКА ГРОМАДЯН У САМОБОРОНІ ТА ДЕЯКІ АСПЕКТИ ЩОДО ЗАХИЩЕННЯ ВІД НАПАДУ

Як зазначено у статті 3 Конституції України «Людина, її життя і здоров'я, честь і гідність, недоторканність і безпека визнаються в Україні найвищою соціальною цінністю. Права і свободи людини та їх гарантії визначають зміст і спрямованість діяльності держави. Держава відповідає перед людиною за свою діяльність. Утвердження і забезпечення прав і свобод людини є головним обов'язком держави.»

Пам'ятайте, що кожна історія унікальна і універсального ради, як поводитися, якщо на вас напали, немає. Розуміння можливих наслідків допоможе вирішити, чи варто