

Станислав Махов

ВЫЯВЛЕНИЕ ЭФФЕКТИВНОЙ МЕТОДИКИ ОБЕСПЕЧЕНИЯ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ

*Опытно-экспериментальная работа в
рамках научно-исследовательского проекта
«Стратегия личной безопасности»*



Станислав Махов

**Штурмовой бой ГРОМ.
Выявление эффективной
методики обеспечения личной
безопасности: опытно-
экспериментальная работа**

МОО "Межрегиональная общественная организация
"Академия безопасности и выживания""

2014

Махов С. Ю.

Штурмовой бой ГРОМ. Выявление эффективной методики обеспечения личной безопасности: опытно-экспериментальная работа / С. Ю. Махов — МОО "Межрегиональная общественная организация "Академия безопасности и выживания"", 2014

Не поддающиеся сегодня никакому учету множество спортивных единоборств и боевых искусств, претендующих на самую широкую универсальность и боеспособность, практически таковыми не являются. Почти все они имеют ту или иную степень условности и ограниченности, вызванную созданием различных версий правил соревнований. Боеспособным можно считать только такое боевое искусство, которое допускает применение любых способов и методов воздействия на человека. Искусство системы личной безопасности штурмовой бой ГРОМ состоит в том, чтобы выжить в любой ситуации и любой ценой. Учитывая непредсказуемость схватки, нужно не соревноваться с нападающим, а активно подавлять его волю и уничтожать боеспособность, используя гибкую программу действий. Предназначено для студентов вузов всех специальностей, в соответствии с требованиями Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по дисциплине «Физическая культура», а также для широкого круга лиц, заинтересованных в приобретении практических умений и навыков личной безопасности и штурмового боя ГРОМ.

© Махов С. Ю., 2014

© МОО "Межрегиональная
общественная организация "Академия
безопасности и выживания"", 2014

Содержание

Раздел 1	5
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Станислав Махов

Штурмовой бой ГРОМ. Выявление эффективной методики обеспечения личной безопасности

Опытно-экспериментальная работа

Раздел 1

Методика и организация опытно- экспериментальной работы

Не поддающиеся сегодня никакому учету множество спортивных единоборств и боевых искусств, претендующих на самую широкую универсальность и боеспособность, практически таковыми не являются. Почти все они имеют ту или иную степень условности и ограниченности, вызванную созданием различных версий правил соревнований. Боеспособным можно считать только такое боевое искусство, которое допускает применение любых способов и методов воздействия на человека.

Искусство системы личной безопасности штурмовой бой (ШБ) ГРОМ состоит в том, чтобы выжить в любой ситуации и любой ценой. Учитывая непредсказуемость схватки, нужно не соревноваться с нападающим, а активно подавлять его волю и уничтожать боеспособность, используя гибкую программу действий.

Штурмовой бой ГРОМ – это не спорт и не искусство, а жизненная необходимость. Цель штурмового боя ГРОМ – сохранение чести, здоровья и жизни всеми доступными средствами в условиях реальных нападений. Педагогические технологии освоения штурмового боя ГРОМ позволяют повысить уровень боеспособности субъекта, и предназначены для обеспечения личной безопасности в любой критической ситуации.

Актуальность проблемы и ее практическая значимость обосновывается на невозможности противостоять преступным посягательствам посредством спортивных технологий.

На основании анализа современных спортивных единоборств и прикладных систем рукопашного боя была сформулирована **проблема исследования**. Она определяется важными противоречиями между необходимостью и потребностью граждан по овладению эффективной системой боевого выживания в обеспечении собственной безопасности с одной стороны, а с другой – невозможностью спортивных технологий обеспечения гарантированной безопасности человека от преступных посягательств.

Решение данной проблемы определяет основную **цель исследования** – выявить наиболее эффективную методику преподавания в обеспечении личной безопасности в реальных условиях нападения.

Объект исследования – процесс организации и подготовки по штурмовому бою ГРОМ.

Предмет исследования – формирование устойчивых навыков личной безопасности.

В основу исследования положена следующая **гипотеза**. Традиционный подход обеспечения личной безопасности граждан, базирующийся на изучении спортивных единоборств

демонстрирует свою несостоятельность. Спортивный рукопашный бой не может решать проблемы личной безопасности человека в реальном уличном столкновении.

Можно сколь угодно заниматься штурмовым боем ГРОМ, оттачивая любимые приемы и способы боя, и не знать истинный уровень своей подготовки в настоящий момент, что может привести к неадекватному реагированию на опасность – или переоценить свои возможности, или недооценить их, что в любом случае является факторами риска собственной безопасности. Необходимо осуществлять систематический контроль уровня собственной боеспособности, то есть постоянной готовности к бою. Знать свой уровень боеспособности – это половина победы, поскольку можно адекватно реагировать на любое нападение, используя те боевые ресурсы, которыми в значительной мере владеет защищающийся.

Боеспособность – способность к бою, интегральный показатель постоянной психофизической готовности человека к любому бою. Определение уровня боеспособности бойца даст точную оценку его боевых возможностей и позволит скорректировать трениговую программу в подтягивании к достаточному уровню отстающих знаний и умений.

Организация исследования проводилось в три этапа, и заключалась в определении:

1. Характеристик двигательной реакции в защите и нападении.
2. Уровня боеспособности бойцов различной подготовленности.
3. Эффективности боевых действий в соревновательном стандарте штурмового боя ГРОМ.

Экспериментальной базой исследования являлись:

ФГБОУ ВПО «Государственный университет – учебно-научно-производственный комплекс» (Госуниверситет-УНПК), ФГБОУ ВПО «Орловский государственный университет» (ОГУ), Межрегиональная Академия безопасности и выживания. В исследовании приняли участие студенты в возрасте 17–21 лет, проходящих обучение в вузах г.Орла (всего 112 человек), что позволило выделить три контрольные и экспериментальные группы различного года обучения:

– Группа начальной подготовки первого года обучения (НП-1) численностью 44 человека. Практические занятия проводятся в количестве 4,5 часов в неделю.

– Учебно-тренировочная группа второго года обучения (УТ-2) численностью 36 человек. Практические занятия проводятся в количестве 6 часов в неделю.

– Учебно-тренировочная группа третьего года обучения (УТ-3) численностью 32 человека. Практические занятия проводятся в количестве 9 часов в неделю.

Каждую группу образуют учащиеся одной возрастной группы и одного уровня подготовки, что является важным условием в проведении чистоты исследования.

К контрольным группам относятся студенты различного уровня подготовки и занимающиеся спортивным рукопашным боем в спортивных секциях клубах г. Орла. Контрольная группа первого года обучения (НП-1) рукопашным боем РБ-1 составляет 22 человека, не имеющих разрядов по спортивным единоборствам (новички). Контрольная группа второго года обучения (УТ-2) рукопашным боем РБ-2 составляет 18 человек, имеющих начальный опыт занятий спортивными единоборствами. Контрольная группа третьего года обучения (УТ-3) рукопашным боем РБ-3 составляет 16 человек, имеющих опыт занятий спортивными единоборствами не менее 2 лет или спортивный разряд не ниже второго.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.