

ОСНОВЫ САМООБОРОНЫ КАК ЭФФЕКТИВНОЕ СРЕДСТВО ФИЗИЧЕСКОГО И ГРАЖДАНСКО-ПРАВОВОГО ВОСПИТАНИЯ СТУДЕНТОВ

Зиамбетов В.Ю.

ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет», Оренбург, Россия, e-mail: post@mail.osu.ru

В настоящей статье рассмотрены способы и средства обучения студентов основам самообороны на занятиях по физической культуре. Исследование показало, что систематическая подготовка студентов с помощью физических упражнений по основам самообороны в рамках занятий по физической культуре позволяет повысить уровень моральной, психологической и физической готовности к самозащите своих гражданских прав. Проведение подобной работы воспитывает молодых граждан, придает им уверенности в себе, веру в правоохранительные органы, совершенствует их правовую грамотность, дисциплинирует их, формирует навыки безопасного поведения. Повышается роль социальных институтов в деле формирования гражданского общества. Данная работа повышает мотивацию и интерес студентов к занятиям физической культурой, изучению российского законодательства, занятиям спортом и единоборствами в свободное от учебы время.

Ключевые слова: самооборона, необходимая оборона, физическая готовность, правовое воспитание, занятия по физической культуре, студенты.

THE BASICS OF SELF-DEFENSE AS AN EFFECTIVE MEANS OF PHYSICAL AND CIVIL LEGAL EDUCATION OF STUDENTS

Ziambetov V.Y.

Federal State Educational Institution of Higher Professional Education "Orenburg State University", Orenburg, Russia e-mail: post@mail.osu.ru

This article examines the ways and means of teaching students the basics of self-defense in the classroom for physical education. The study showed that the systematic training of students through physical exercise on the basics of self-defense within the framework of physical training allows you to improve the moral, psychological and physical readiness for self-defense of their civil rights. Carrying out such work brings young people, giving them self-confidence and faith in the law enforcement bodies, improving their legal awareness, discipline them, forms the skills of safe behavior. The role of a challenge as the social institutions and in the formation of civil society. This work increases the motivation and interest of students to physical training, the study of russian law, sports and arts in their free time.

Keywords: self-defense, self-defense, physical readiness, legal education, physical training, students.

Несмотря на высокий уровень жизни, научно-технический прогресс, совершенство законодательства государство не всегда может полностью обеспечить защиту граждан от правонарушителей. Преступления в отношении граждан происходят во всех странах, даже в самых благополучных. В нашей стране ежегодно большое количество граждан становятся жертвами нападений, характерной чертой которых является неожиданность и невозможность попросить о помощи граждан или полицию. Одним из способов противодействия таким негативным проявлениям общественной жизни является самооборона граждан. Законы Российской Федерации (РФ) не запрещают человеку осуществлять необходимую оборону и дают право гражданину на самозащиту своих прав и свобод в рамках действующего законодательства без обращения за помощью в правоохранительные органы. Главное условие самообороны граждан – законность ответных действий. Согласно законодательству

действия по самообороне должны осуществляться строго в рамках понятия «необходимая оборона», все остальные действия, выходящие за пределы необходимой обороны, являются преступлением. Различные курсы по самообороне являются добровольными и необязательными, а значит, большинство граждан задумываются о получении первичных знаний в последнюю очередь, а чаще всего уже после нападения на них. Вероятность попадания человека в ситуацию, при которой будут подвержены опасности жизнь, здоровье, имущество человека, его близких и окружающих людей на современном этапе, обуславливают **актуальность** темы исследования. Также возникает **противоречие** между высоким уровнем вероятной опасности таких ситуаций и моральной, физической, правовой неготовностью большинства людей к таким происшествиям в жизни.

Обучение основам самообороны представляет собой целенаправленный педагогический процесс по формированию комплекса знаний, умений и навыков, направленных на предупреждение противоправных действий в отношении законопослушного гражданина, которые могут угрожать его здоровью и жизни.

Опрос группы студентов Оренбургского государственного университета (ОГУ) показал, что 76 % студентов имели опыт нежелательного для них воздействия, ощущали влияние различного рода опасности и угроз от людей, а 14,5 % из них были жертвами физического нападения, и около 5 % опрошенных (в основном юноши) утверждали, что им удалось успешно отразить нападение на них. Конечно, велика вероятность низкой объективности ответов, потому что опросы на такие темы чаще носят субъективный характер (негативный опыт стараются не вспоминать, быстрее забыть и не возникает желания обсуждать это с кем то, или наоборот, юноши хотят «приукрасить» реальные факты для того, чтобы представить себя «героем»). Но даже уже полученных данных хватает для того, чтобы утверждать то, что данная **проблема** существует, и вуз, кроме основной своей задачи (подготовка специалистов), как социальный институт должен осуществлять подготовку студентов к социальной жизни. В данном случае, возможно, в вузах необходимо готовить граждан (студентов) к таким негативным проявлениям общественной жизни в рамках воспитательной и физкультурно-оздоровительной работы.

Преподаватели по физической культуре ОГУ с **целью** повысить готовность студентов к эффективной защите от нападения на них других людей (преступников) с целью причинить им вред (морально-психологический, физический), либо завладеть их имуществом, решили на занятиях по физической культуре уделять немного времени (без ущерба учебному процессу) основам самообороны. Были поставлены следующие **задачи**: 1) обучить студентов основным приемам самообороны; 2) формировать морально-психологическую готовность и осуществлять правовое воспитание в области самообороны. В работе использовались

следующие педагогические **методы** исследований: наблюдение, опрос, тестирование, анкетирование, беседа и объяснение.

Данная работа проводилась среди студентов группы «А» и группы «Б» по 23 студента в каждой, примерно равных по физическим параметрам, кондициям самообороны и контингенту. Все студенты занимались плановыми занятиями по физической культуре, кроме студентов группы «А», на занятии у которых проводилось исследование.

В начале каждого занятия со студентами проводилось правовое информирование, а в конце занятий проводились различные краткие беседы (рассказы) по законодательству в сфере самообороны. Студенты изучили основы Уголовного кодекса РФ в данной области (статьи 37,38,108,114), статьи Конституции РФ по правам граждан на защиту, Гражданский кодекс РФ, Кодекс РФ об административных правонарушениях, Федеральный закон «Об оружии» [6], а также другие нормативно-правовые документы, по которым давались разъяснения, комментарии, приводились разные примеры. В ходе бесед студентам давались задания, где нужно было представить конкретную ситуацию и объяснить, как правильно действовать в данной ситуации, а затем студенческий ответ обсуждался. Студенты четко уясняли рамки необходимой обороны, признаки и условия необходимой обороны, ответственность за превышение пределов необходимой обороны, знакомились с разнообразными средствами самообороны. Были продемонстрированы сюжеты о мужчине, который вступился за девушку на улице и в данный момент отбывает срок уголовного наказания в исправительной колонии за превышение пределов необходимой обороны; о семье, подвергшейся нападению ночью у себя дома.

Важными стали обсуждения моральных аспектов бездействия, безразличия и халатности, рассуждения студентов о совершенствовании правоохранительной системы в этой области и системы предупреждения правонарушений в обществе, вопросы психологической устойчивости при нападении, значение для юношей двигательной подготовленности по самообороне при прохождении военной службы [3].

Особенно интересными, по мнению студентов, были физические упражнения по самообороне. После плановых упражнений в спортивном зале для игровых видов спорта, студенты на некоторое время приглашались в зал дзюдо для обучения приемам самообороны. Студенты группы «А» изучали физические упражнения по изучению защитной техники движений от ударов, захватов, удушений; совершенствовали удары руками, ногами, захваты и броски, удушающие и болевые приемы, борьбу в партере. Отдельное внимание уделялось изучению техники защиты от нападения с ножом, дубинкой, пистолетом, от нападения собаки [5]. Также отрабатывались действия по применению

газового и травматического оружия в процессе необходимой обороны, использование подручных средств.

Важным было напоминание студентам о тактике «избегания неприятностей», когда лучше не попадать в сложные ситуации, чем потом их разрешать, а также о том, что лучше в некоторых ситуациях уладить конфликт при помощи слов и разговора.

Для оценки двигательной подготовленности к самообороне была разработана 5-балльная система оценки освоения специфических физических упражнений. Полученные баллы складывались, и показатели групп сравнивались. Данные группы, полученные в начале учебного года (I тест), сравнивались с результатами, полученными в конце (II тест) учебного года, которые представлены в таблице 1.

Таблица 1

Показатели физической подготовленности студентов

№ п.п.	Физические упражнения по самообороне	Группа «А»		Группа «Б»	
		1 тест	2 тест	1 тест	2 тест
1.	Защитные движения от ударов и захватов	39	89	35	41
2.	Защитные движения от ударов разными предметами	33	87	31	33
3.	Ударные движения	42	102	52	71
4.	Борьба в стойке и в партере	47	97	43	48
5.	Удушающие и болевые приемы	45	93	49	46
	Итого:	206	468	210	239

Сравнительная динамика роста результатов по физической готовности к самообороне студентов различных групп нагляднее прослеживается на рисунке.

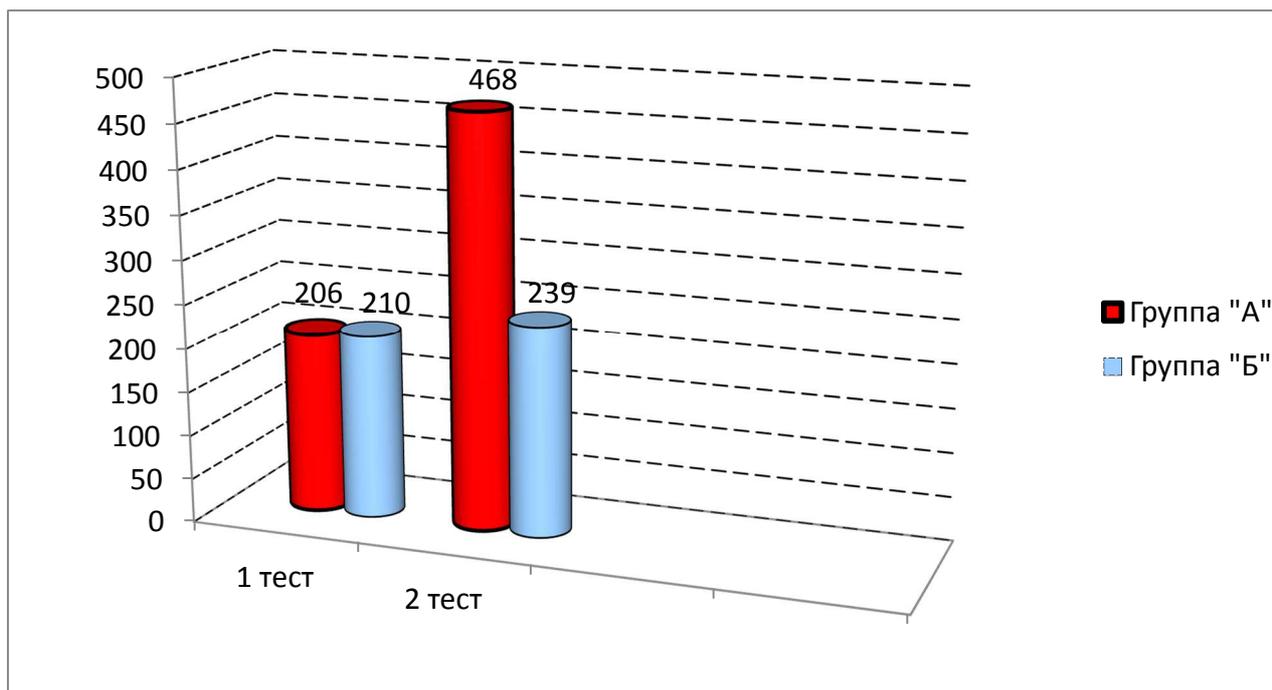


Рис. Сравнительная динамика роста показателей физической готовности студентов к самообороне

Показатели двигательной готовности студентов к самообороне в группе «А» увеличились на 262 балла в сумме, а у студентов группы всего лишь на 29 баллов, и этот небольшой рост вызван воспитывающим характером самого тестирования, эти тестовые контрольные упражнения во время первого среза немного обучили студентов группы «Б», и они оказались более подготовлены к 2 тесту. Вполне вероятно, что первый тест и анкетирование вызвали у студентов группы «Б» естественные вопросы и побудили их к самостоятельному освоению основ самообороны.

На практических занятиях по самообороне необходимо уделять повышенное внимание безопасности студентов [5].

Для определения эффективности гражданско-правового воспитания была разработана анкета из 20 вопросов с примечаниями для краткого пояснения ответа, с целью проверить правильность ответа. За ответ «Да» начислялся 1 балл, за ответ «Нет» – 0 баллов, которые также суммировались. Если ответ был «Да», а пояснение было неверным или его не было, то ответ не засчитывался как положительный. Анкетирование проведено дважды (на 1 и 2 этапе) – в начале и в конце учебного года. В таблице 2 показаны результаты ответов по контрольным (основным) вопросам, без общих и наводящих вопросов.

Таблица 2

Результаты анкетирования по контрольным вопросам

Контрольные вопросы анкеты	Группа «А»		Группа «Б»	
	1 этап	2 этап	1 этап	2 этап
1. Знаете ли вы, что такое необходимая оборона? Поясните	-	20	-	-
2. Знаете ли вы признаки необходимой обороны? Перечислите	-	18	-	-
3. Знаете ли вы и сможете ли вы соблюсти рамки необходимой обороны, защищаясь от нападающего?	-	17	-	-
4. Знаете ли вы об ответственности за превышение пределов необходимой обороны? Напишите о степени наказания.	-	21	-	1
5. Знаете ли вы эффективные средства самообороны? Перечислите их	5	23	11	10
6. Уверены ли вы в том, что сможете правильно использовать средства самообороны, защищаясь от нападающего?	11	22	13	16
7. Знаете ли вы основные приемы самообороны? Поясните	9	21	10	12
8. Вы достаточно времени уделяете вопросам самозащиты?	6	18	6	
9. Уверены ли вы в своих возможностях, если будет необходимо вступить в схватку для защиты своих прав или чести и достоинства окружающих (близких)?	6	15	7	6
10. Как вы думаете, нужна ли физическая и правовая подготовка студентов вузов в области самообороны?	18	23	20	22
Итого:	55	198	57	67

Результаты анкетного опроса показывают, что в правовых вопросах в области самообороны студенты группы «А» стали знать намного больше, чем остальные студенты. На 2 этапе по контрольным вопросам анкеты они дали на 131 положительный ответ больше, чем студенты группы «Б», а по всей анкете на 207 положительных ответов больше. Также автор хотел отметить, что данная эффективность работы достигалась объединением процесса обучения (формирование двигательных умений и навыков по самообороне) и процесса воспитания (гражданско-правовое, нравственное воспитание), которые эффективно дополняли друг друга, формируя и удовлетворяя возникающие в ходе работы мотивы, потребности в накоплении знаний (опыта), достигая цели и решая задачи на практике. Гармоничное объединение этих процессов позволило избежать сухости и снижения интереса в процессе правового обучения и воспитания, а также приобрести целенаправленность и значение процессу формированию двигательных умений по самообороне. Воспитание в процессе обучения приемам самозащиты позволит педагогам быть уверенным, что приобретенные знания и умения не будут применены в преступных целях.

Выводы. Таким образом, исследование показало, что подготовка студентов к самообороне своих прав и свобод от незаконных посягательств необходима и востребована у студентов. Занятия по основам самообороны формируют практические умения и навыки самозащиты, знание законодательства в данной области, и все это придает им уверенность в своих действиях, морально-психологическую устойчивость. Применение физических упражнений по самообороне и правовой подготовки студентов как педагогического средства в физкультурном образовании вуза, позволяющего студентам в дальнейшем эффективно осуществлять защиту своих гражданских прав и свобод, чувствовать и проявлять гражданскую ответственность. Вузы играют важную воспитательную роль в деле формирования общества, в том числе гражданско-правового, и занятия (курсы) по самообороне для студентов позволят сделать этот процесс более эффективным.

Подобная работа может успешно использоваться во всех вузах, и данное исследование не претендует на то, чтобы быть окончательным и завершенным. Исследования в данной области могут широко совершенствоваться, и автор считает, что эффективными были бы экскурсии в спортивные залы единоборств (посещение тренировок и соревнований), посещение судебных заседаний по вопросам превышения пределов необходимой обороны, беседы с заключенными.

Список литературы

1. Зиамбетов В.Ю. О необходимости применения военно-прикладных физических упражнений на занятиях по физической культуре в высших учебных заведениях // Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. – 2010. – № 3. – С. 62-64.
2. Зиамбетов В.Ю. Военно-спортивная игра пейнтбол как эффективное средство военно-прикладной физической подготовки молодежи // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2011. – № 4. – С. 399-400.
3. Зиамбетов В.Ю. Военно-патриотическое воспитание и подготовка к военной службе студенческой молодежи // Вестник Оренбургского государственного университета. – 2013. – № 2. – С. 90-95.
4. Зиамбетов В.Ю. Военно-прикладная физическая подготовка и военно-патриотическое воспитание студентов: методические рекомендации / Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2014. – 54 с.
5. Зиамбетов В.Ю. Самооборона, ее правовые основы и методика применения: методические рекомендации / Оренбургский гос. ун-т. – Оренбург: ОГУ, 2014. – 52 с.
6. Зиамбетов В.Ю. Подготовка студентов к выполнению нормативов по пулевой стрельбе в рамках физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» // Современные проблемы науки и образования. – 2015. – № 4; URL: <http://www.science-education.ru/127-20621> (дата обращения: 20.07.2015).

Рецензенты:

Кирьякова А.В., д.п.н., профессор, ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет», заведующий кафедрой общей и профессиональной педагогики, г. Оренбург;
Ольховая Т.А., д.п.н., ФГБОУ ВПО «Оренбургский государственный университет», профессор кафедры общей и профессиональной педагогики, г. Оренбург.