

## STATUTINIŲ TARNYBŲ PAREIGŪNŲ KOVINIŲ IMTYNIŲ VEIKSMŲ VERTINIMO SISTEMA

**Doc. dr. Robertas Veršinskas**  
**Vytautas Gušauskas**

Mykolo Romerio universiteto Policijos fakulteto Kovinės savignos ir kūno kultūros katedra  
Valakupių g. 5, LT–10101 Vilnius  
Telefonas 274 06 25  
Elektroninis paštas ksk@ltu.lt

*Pateikta 2004 m. gruodžio 10 d.*

*Parengta spausdinti 2004 m. gruodžio 27 d.*

**Pagrindinės sąvokos:** *statutinė tarnyba, pareigūnas, fizinis parengtumas, kovinių imtynių veiksmas, klaidų vertinimas.*

### S a n t r a u k a

Straipsnyje aptariamos specialaus fizinio pasirengimo gerinimo galimybės rengiant policijos pareigūnus ir tobulinant jų profesinį parengtumą praktinėje veikloje. Autoriai, išanalizavę įvairių šalių specialią literatūrą, prieina prie išvados, kad kiekybinių kriterijų trūkumas priverstinai vertinant mokėjimus ir įgūdžius neskatina pareigūnų nuolat užsiiminėti savigną be ginklo. Įvairių autorių siūlomos specialių veiksmų atlikimo vertinimo sistemos skiriasi. Autorių nuomone, šią problemą padėtų išspręsti sukurta vienoda, objektyvi specialių kovinių imtynių veiksmų atlikimo klaidų vertinimo sistema. Ji iš esmės pakeistų požiūrį į savarankišką darbą ir kartu sudarytų sąlygas sistemingai bei nenutrūkstamai tęsti specialių veiksmų mokymąsi ir įgūdžių tobulinimą praktiniame darbe. Įgūdžių ir veiksmų atlikimo klaidų vertinimas yra specifinis matavimas. Straipsnyje autoriai pateikia policijos ir kitiems statutiniams pareigūnams skirtą kovinių imtynių veiksmų, mokėjimų, įgūdžių ir klaidų vertinimo sistemą, kurioje kontrolei pritaikytas dekompozicijos, skaidymo principas. Visiems specialioms veiksmams skirtos atskiros savarankiškos temos. Kiekvienos jų veiksmų atlikimo klaidos suskirstytos į nedideles, dides ir esmines, jos vertinamos balais. Už atskiras temas gauti balai sudedami – taip sužinomas bendras įvertinimas.

### Įžanga

Koviniai imtynių veiksmas naudojami kaip fizinės jėgos atmaina savignai ir priskiriami įvairioms dvikovėms sporto šakoms: boksui, kikboksui, sambo, dziudo, karatė ir t. t.

Specialaus fizinio rengimo metu ugdant fizinės ypatybes, kompleksinius gebėjimus ir mokėjimus bei kitas profesines savybes pagal pasirinktos specifinės veiklos pobūdį, ypač veiksminga yra „savignos be ginklo“ sistema. Ši taikomoji sporto šaka atsirado trečiąjį ar ketvirtąjį praėjusio šimtmečio dešimtmetį. Tai policininkų ir kitų specialiųjų tarnybų darbuo-

tojų gynimasis be ginklo. Jį sudaro 10 kompleksų fizinių pratimų, susidedančių iš savigynos, imtynių, dziudo, bokso, imtynių, karatė ir kitų Rytų dvikovės veiksmų [14; 17]. Ilgą laiką savigynos imtynės buvo jėgos struktūrų darbuotojų specialaus taikomojo rengimo dalis, o kovinės savigynos skyrius buvo įslaptintas [4; 5; 7; 9; 10].

Šiandien pradėjus oficialiai organizuoti kovinės savigynos varžybas, susikūrus kovinės savigynos sporto federacijoms, pavadinimas kovinė savigyna įgijo kitą prasmę. Anksčiau ši savigyna buvo suprantama kaip įvairūs apsigynimų nuo užpuolimo būdai ir sulaikymo veiksmai, kurių buvo mokomi jėgos struktūrų pareigūnai. Tada kovinės savigynos varžybų metu buvo demonstruojama sulaikymo veiksmų technika (demonstravimo partneris nesipriešino) [3; 4; 5]. Šiandien kovinės savigynos varžybose leidžiamas tiesioginis ryšys, t. y. spyriai, smūgiai, metimai, skausmingi smaugimo veiksmai (būdai).

Autoriai (Volostnych V. V., Borisov N. I. 1999; Šulina J. A., Nosula V. N., Salikov A. A. 2000; Stepanov A. N. 2003; Zeziulin F. M. 2003) teigia, kad šiaandien reikia sukurti naują terminą, apibūdinantį policijos pareigūnams skirtą savigynos sistemos dalį, kuri neįeina į savigynos imtynių ir kovinės savigynos turinį, tačiau apima praktinėje veikloje naudojamų visų imtynių technikos ir kovinės savigynos varžybų veiksmų visumą (potencialą).

Visose statutinių pareigūnų rengimo bei mokymo įstaigose ir jėgos struktūrų padaliniuose į rengimo planų arba mokymo studijų programų turinį įtraukti savigynos sistemos elementai. Šio rengimo ypatumas yra specialių veiksmų, būtinų tarnybinėje profesinėje veikloje, mokymasis ir jų atlikimo įgūdžių lavinimas. Šiems specialioms veiksmams priklausytų sulaikymo ir konvojavimo veiksmai, apsigynimas nuo ginkluoto užpuolimo, tarnybinio ginklo, specialių bei pagalbinių priemonių naudojimas, apieškojimo ir surišimo būdai, o specialiuose padaliniuose – priešininko išvedimo iš rikiuotės veiksmai [12; 15].

Išvardyti lokomociniai judesiai yra tik taikomojo pobūdžio, naudojami tik policijos pareigūnų profesinėje veikloje, todėl logiška būtų šį savigynos skyrių (dalį) pavadinti tarnybinio taikomojo pobūdžio savigyna, kurią būtų galima apibūdinti kaip specialų parengimą, kurio metu perimamos žinios, mokėjimai ir įgūdžiai, būtini profesinei veiklai, lavinamos fizinės ir psichinės savybės [1].

Kiti autoriai (Nepomniščij S. V. 2000; Milenin V. M., Kustov A. N. 1990) minėtus lokomocinius judesius teminiuose planuose ir fizinio parengimo programose išskiria į atskirą skyrių, kurį pavadina „Koviniais imtynių veiksmais“.

Policijos pareigūnų specialus fizinis parengimas negali būti sėkmingas be nuolatinio, laiku atliekamo jo vertinimo, t. y. nuolatinės kontrolės ir žinių, mokėjimų, įgūdžių vertinimo. Ypač daug dėmesio čia turėtų būti skirta specialių veiksmų vertinimui ir ypač veiksmams prieš ginkluotą teisėtvarkos pažeidėją.

Tokioje situacijoje atsirandanti valinė-emocinė įtampa labai artima tai, kurią sportininkai patiria aukščiausio lygio varžybose.

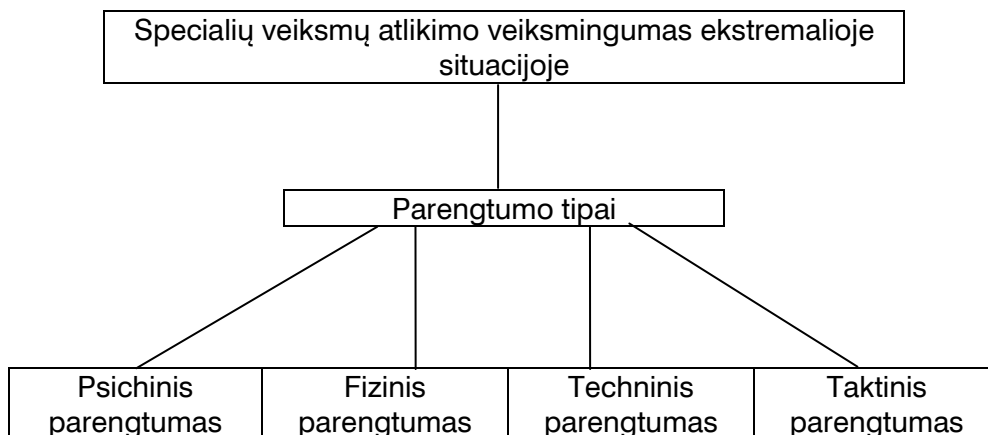
Aptariant šį parengtumą, kaip tarpusavyje susijusių įvairių komponentų visumą, omenyje turimos šios parengtumo rūšys: fizinis, techninis, taktinis, psichinis parengtumas (žr. 1 pav.).

Pareigūnas turi ugdyti gebėjimą reguliuoti psichinę įtampą, emocinius stresus ir psichines ypatybes: valią, suvokimą, mąstymą, dėmesio sutelkimą ir greitą reagavimą į įvykius.

Būtina išskirti 4 parengtumo tipus:

1. Psichinis parengtumas: asmenybės bruožų ir psichikos savybių, išugdytų tikslingo ilgalaikio specialaus rengimo vyksme, visuma.
2. Fizinis parengtumas pasireiškia pareigūno fizinių ypatybių, kompleksinių gebėjimų, judamųjų mokėjimų ir įgūdžių išugdyto lygiu, garantuojančiu darnią ir našią veiklą.
3. Techninis parengtumas – tai gebėjimas savarankiškai atlikti tikslingus technikos veiksmus ir jų derinius, kurti naujus veiksmus konkrečiomis veiklos aplinkybėmis.

4. Taktinis parengtumas – gebėjimas pasirinkti veiklos būdus ir tikslingai veikti, atsižvelgiant į situacijos ypatumus, savo ir pažeidėjo savybes bei galimybes, esamas sąlygas [4].



1 pav. Veiksmai, lemiantys specialių veiksmų atlikimo veiksmingumą

Jei išvardytų tipų parengtumas nėra geras [14], nepasitikima savo jėgomis, trūksta ryžto ir drąsos sulaikyti nusikaltėlių, neįmanoma sumaniai, ekonomiškai ir veiksmingai atlikti tikslingus veiksmus, judesius bei jų derinius, racionaliai kovoti ir sulaikyti pažeidėją. Neturint taktinio pasirengimo, sulaikant daromos klaidos, kurios gali būti tragiškos pareigūnui, sulai komam asmeniui ir aplinkiniams. Jei fizinis parengtumas blogas, sulaikymo veiksmai atliekami lėtai, silpnai, neveiksmingai, prarandama iniciatyva, sulaikomam asmeniui leidžiama apsiginti ir kontratakuoti.

Policijos pareigūno profesija reikalauja būti visada pasiruošusiam atlikti savo pareigą bet kokioje situacijoje. Kitaip yra sportininkams – skiriami jų rengimo pereinamasis, paruošiamasis, varžybų laikotarpiai. Treniruočių krūvis paskirstomas mikro-, mezo- ir makro- ciklais (Verchošanskij J. B. 1994; Platonov V. N. 1997; Matvejev L. P. 1998; Karoblis P. 1999). Per metus sportininkams būna 1–3 varžybos, tada jie privalo būti geriausios sportinės formos.

**Tyrimo aktualumas.** Daugelio mokslininkų nuomone [1; 2; 3; 4; 5], šiuo metu nėra bendros atskirų specialių veiksmų atlikimo ir pasitaikančių klaidų vertinimo sistemos nei Lietuvoje, nei užsienyje.

Skiriasi ir įvairių autorių [1; 2; 3; 4; 5; 6] siūlomos fizinio, techninio, taktinio, psichologinio parengtumo vertinimo metodikos, nes sporte egzistuoja įvairūs apribojimai, draudžiami veiksmai, galintys sukelti traumas ir pavojų žmogaus sveikatai.

**Tyrimo tikslas.** Sukurti vienodą, objektyvią kovinių imtynių veiksmų atlikimo vertinimo sistemą, kuri užtikrintų policijos pareigūnų ir būsimųjų teisėtvarkos institucijų darbuotojų kovinių veiksmų mokėjimų, žinių, įgūdžių tęstinumą praktiniame darbe.

**Tyrimo uždaviniai:**

1. Nustatyti dabartinę problemos būklę.
2. Iširti dabartines imtynių kovinių veiksmų atlikimo klaidų vertinimo sistemas.
3. Išsiaiškinti respondentų nuomonę dėl profesinių gebėjimų vertinimo.

**Tyrimo metodai:** mokslinės-metodinės literatūros šaltinių analizė, jos sisteminimas ir apibendrinimas, anketavimas, statistinis duomenų apdorojimas (procentinė analizė), varžybinės veiklos analizė.

**Tyrimo objektas** – policijos pareigūnų ir MRU PF stacionaro ir neakivaizdinių studijų studentų kovinės savigynos žinių, įgūdžių ir mokėjimų vertinimas.

**Tyrimo rezultatai ir jų analizė.** Remiantis išanalizuota literatūra ir tyrimo rezultatų analize, nustatyta, kad įvairių autorių nuomonės dėl profesinio taikomojo pobūdžio specialių veiksmų technikos ir taktikos vertinimo skiriasi, jas galima suskirstyti į tris grupes.

**Pirma grupė.** Veiksmai atliekami su nesipriešinančiu partneriu. Kiekviename biliete yra trys klausimai iš skirtingų programos skyrių:

- a) sulaikymas ir konvojavimas;
- b) apsigynimo veiksmai užpuolimo metu;
- c) apieškojimas, surišimas, savitarpio pagalba.

Veiksmų atlikimas vertinamas:

puikiai, jeigu veiksmas atliktas pagal aprašymą, greitai, nepertraukiamai;

gerai, jeigu veiksmas atliktas pagal aprašymą, nepertraukiamai, lėtai arba padaryta klaida;

patenkinamai, jei pažeidžiamas vientisumas, veiksmas atliekamas lėtai arba padaryta klaida;

nepatenkinamai, jeigu veiksmas neatliktas arba atliktas nukrypstant nuo aprašymo, arba padarytos 2 klaidos.

Klaidomis laikoma nevientisas, lėtas veiksmo atlikimas, pusiausvyros praradimas, nukrypimas nuo veiksmo atlikimo aprašymo.

Pareigūnų įvertinimas:

puikiai, jeigu iš 3 veiksmų 2 įvertinti puikiai, 1 – gerai;

gerai, jeigu 2 veiksmai įvertinti ne mažesniu pažymiu kaip gerai, o vienas – patenkinamai;

patenkinamai, jeigu 2 veiksmai įvertinti patenkinamai, nėra nepatenkinamo įvertinimo arba vienas įvertinimas nepatenkinamas, o kiti vertinami gerai [3; 4; 5].

**Antra grupė.** Vertinama penkių veiksmų atlikimo technika:

puikiai, jeigu atlikti visi 5 veiksmai;

gerai, jeigu atlikti 4 veiksmai;

patenkinamai, jeigu atlikti 3 veiksmai.

Veiksmų atlikimas vertinamas:

atlikta, kai veiksmas atitinka aprašymą, atliekamas greitai, užtikrintai, visiškai baigiamas atlikti;

neatliktas, veiksmas neatitinka aprašymo, atliekamas lėtai, nėra baigtumo [2].

**Trečia grupė.** Autorių nuomone, būtina patikrinti gebėjimus atlikti specialius veiksmus kuo tikroviškesnėmis sąlygomis, tačiau atliekant veiksmus su besipriešinančiu partneriu, kyla grėsmė patirti traumą ar net sunkų kūno sužalojimą. Todėl veiksmai vertinami organizuojant dviejų arba trijų rungčių varžybas [1].

Pirmoji rungtis – spec. veiksmų atlikimas su nesipriešinančiu partneriu. Pareigūnas turi surinkti atitinkamą taškų sumą.

Antroji rungtis – savigynos imtynės.

Trečioji – boksas.

Mokant profesinio taikomojo pobūdžio savigynos veiksmų ir specifinių lokomocinių judesių, išskiriamos trys klaidų grupės:

- klaidos, dėl kurių veiksmo atlikti negalima;
- klaidos, dėl kurių veiksmo atlikti iš dalies neįmanoma;
- klaidos, kurios iš esmės netrukdo atlikti veiksmą, bet jų pašalinimas leistų veiksmą atlikti veiksmingiau.

Veiksmų technika vertinama 5 balų sistema taip:

esminės (šiuurkščios) klaidos – iki 5 baudos balų;

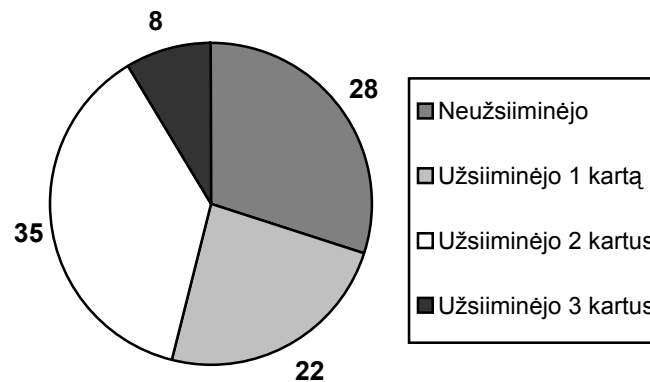
didelės (techninės) – nuo 2 iki 1 baudos balo;

nedidelės (dalinės) – 0,5 baudos balo.

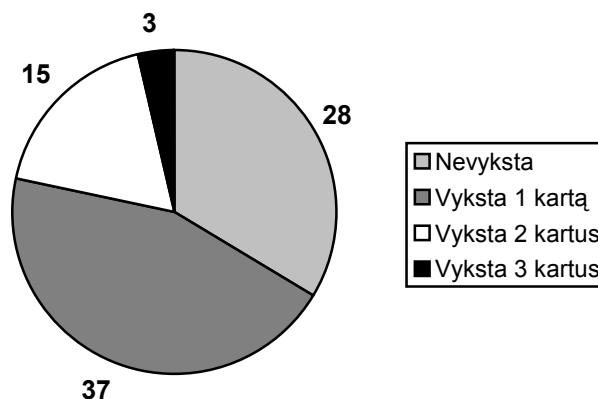
Visų išvardytų specialių veiksmų ir specifinių judesių atlikimo techniką vizualiai vertina ekspertų komisija (ekspertų vertinimo metodas) [8].

Anketinės apklausos tyrimų rezultatai parodė, kad vertinant profesinius gebėjimus, įgūdžių, būtinų policijos pareigūnams, formavimo veiksmingumą, 77 proc. respondentų atsakė, kad kovinių imtynių veiksmų atlikimas ne realiomis, o sąlyginėmis, panašiomis į realias, sąlygomis neformuoja profesinių įgūdžių. Šią išvadą nulėmė tokie veiksniai:

- bilietų sistema, taikoma vertinant išmoktų veiksmų kokybę, nesukelia reikiamos psichologinės įtampos ir nesukuria visavertės realios praktinės situacijos;
- paprastose pratybose kovinių imtynių veiksmų atlikimas su nesipriešinančiu partneriu specialių įgūdžių neformuoja;
- kiekybinių kriterijų trūkumas priverstinai vertinant policijos pareigūnų mokėjimus ir įgūdžius sąlygomis, panašiomis į realias, neskatina jų užsiimti savigyna be ginklo visos tarnybos metu (žr. 2, 3 pav.).



2 pav. Atsakymai į klausimą „Kiek kartų per savaitę Jūs užsiimate savigyna savarankiškai, laisvalaikiu (n=93)?“ (V. Gušauskas, 2002)



3 pav. Atsakymai į klausimą „Kiek kartų per savaitę Jūsų padalinyje vyksta bendro fizinio parengimo ir kovinės savigynos pratybos (n=83)?“ (V. Gušauskas, 2002)

**Tyrimo aptarimas.** Vertinant policijos pareigūnų ir būsimų teisėsaugos institucijų darbuotojų atliekamų savigynos veiksmų kokybę (techniką), būtina atsižvelgti į programos keliamus reikalavimus. Vadovaujantis šiais reikalavimais, atsižvelgiant į technines klaidas, ver-

tinama veiksmo atlikimo kokybė ir savigynos veiksmų išmanymo lygis. Klaida – netaisyklinas, netyčinis, tyčinis arba priverstinis technikos arba taktikos veiksmo (veiksmų) atlikimas, nusižengimas taisyklių ir nuostatų nurodytai tvarkai [14]. Žinant ir objektyviai vertinant savo klaidas, galima savarankiškai tobulinti savigynos veiksmus.

Klaidos sąlygiškai skirstomos į:

1. Nedideles. Tai nukrypimai nuo teisingo atlikimo aprašymo. Jie nepažeidžia pagrindinių struktūrinių veiksmo elementų dinamikos ir tik šiek tiek mažina kokybinius rodiklius (veiksmingumą). Atliekant pratimą arba pratimo derinį, už padarytas klaidas baudžiama pagal taisykles ir nuostatus, bet pratimą leidžiama daryti toliau.

2. Dideles. Tai nukrypimai nuo aprašytos teisingos veiksmo struktūros, smarkiai mažinantys kokybinius rodiklius (veiksmingumą). Dažniausiai tai būna technikos veiksmo, veiksmų derinio, pratimo, pratimų derinio metu padarytos klaidos, dėl kurių sudėtinga, bet įmanoma toliau atlikti veiksmus arba pratimus.

3. Esmines. Tai dideli pagrindinių technikos elementų, susijusių su erdve ir laiku, pažeidimai, pakeičiantys veiksmo dinamiką ir iš esmės mažinantys kokybinius rodiklius (veiksmingumą). Dėl šių klaidų nebegalima atlikti veiksmų. Policijos pareigūnai ir studentai vertinami dešimties balų sistema pagal individualių sulaikymo veiksmų technikos ir taktikos atlikimo kokybę, kovinės savigynos žinių lygį. Vertinimo kriterijai pateikti 1 lentelėje.

Individualių sulaikymo veiksmų technika ir taktika vertinama kovinės savigynos tarpinių atsiskaitymų, įskaitų ir egzaminų metu. Pareigūnui ir studentui leidžiama demonstruoti kovinės savigynos veiksmus ir laikyti kovinės savigynos įskaitas ir egzaminus tuomet, kai jis tinkamai atlieka nurodytus specialius savisaugos pratimus. Netinkamai atlikus specialius savisaugos pratimus, neleidžiama atlikti kovinės savigynos veiksmų tarpinių atsiskaitymų, įskaitų, egzaminų metu, kai atliekami tam tikri individualūs sulaikymo veiksmas. Kiekvienas sulaikymo veiksmas vertinamas dešimties balų sistema (žr. 1 lentelę).

1 lentelė. Individualių sulaikymo veiksmų technikos ir taktikos veiksmų vertinimas

VERTINIMAS	KLAIDOS		
	Nedidelės	Didelės	Esminės
10 (puikiai)	0		
9 (labai gerai)	1		
8 (gerai)	2–3		
7 (pakankamai)	4 ir daugiau	1	
6 (patenkinamai)	4 ir daugiau	2	
5 (silpnai)	4 ir daugiau	3	
4 (nepatenkinamai)	4 ir daugiau	4	1
3 (blogai)	4 ir daugiau	5 ir daugiau	2
2 (labai blogai)	4 ir daugiau	5 ir daugiau	3
1 (visai blogai)	4 ir daugiau	5 ir daugiau	4 ir daugiau

Bendras įvertinimo vidurkis parodo atliktų individualių sulaikymo veiksmų technikos ir taktikos mokėjimą, žinias ir įgūdžių lygį (žr. 2 lentelę).

Individualių sulaikymo veiksmų technikos ir taktikos mokėjimas vertinamas teigiamai tada, kai bendras atliktų sulaikymo veiksmų įvertinimo vidurkis yra ne mažesnis kaip penki, t. y. žinios ir įgūdžiai įvertinami ne mažiau kaip 50 procentų (žr. 2 lentelę). Jeigu iš atliktų veiksmų nors vienas veiksmas įvertinamas 4 balais (nepatenkinamai), teigiama, kad įskaita neišlaikyta [13].

2 lentelė. Studentų žinių, mokėjimų, įgūdžių apimties dešimtbalės proporcinės vertinimo sistemos rodikliai

Įvertinimas	Bendras įvertinimo vidurkis	Žinių, mokėjimų, įgūdžių įvertinimas proc.
10 (puikiai)	9,6–10	96–100
9 (labai gerai)	8,6–9,5	90–95
8 (gerai)	7,6–8,5	80–89
7 (pakankamai)	6,6–7,5	70–79
6 (patenkinamai)	5,6–6,5	60–69
5 (silpnai)	5,0–5,5	50–59
4 (nepatenkinamai)	4,9 ir mažiau	40–49 ir mažiau

Dažniausiai pasitaikančios individualių sulaikymo veiksmų klaidos:

**Bendros klaidos:**

- |          |   |
|----------|---|
| Nedidelė | 1. Iš dalies prarandama pusiausvyra.  |
| Didelė   | 2. Vėluoja atsakomieji smūgiai ar spyriai.  |
| Didelė   | 3. Veiksmas atliekamas sustojant ir nevientisai.  |
| Didelė   | 4. Veiksmas atliekamas lėtai.   |
| Didelė   | 5. Silpnai kontroliuojamas priešininkas.  |
| Esminė   | 6. Neapsigynus nuo atakos pereinama prie sulaikymo.   |
| Esminė   | 7. Nefiksuojamas atliktas veiksmas, priešininkas visiškai nekontroliuojamas.                      |
| Esminė   | 8. Neatliekamas nurodytas arba atliekamas nenurodytas veiksmas.                                   |
| Esminė   | 9. Nepasitraukiama iš pavojingos pozicijos.   |
| Esminė   | 10. Prarandama pusiausvyra.   |
| Esminė   | 11. Po duotos komandos „Veiksmas!“ uždelsiama atlikti sulaikymo veiksmą.                          |
| Esminė   | 12. Veiksmas atliekamas labai lėtai, bandoma prisiminti tolesnę atliekamo sulaikymo veiksmo eigą. |

**Stovėsenos klaidos:**

- |          |  |
|----------|--|
| Nedidelė | 1. Per mažai per kelius sulenkiamos kojos.                                   |
| Didelė   | 2. Rankomis neginami liemuo ir galva.  |
| Didelė   | 3. Smūgio metu kojos – vienoje linijoje.                                     |
| Didelė   | 4. Kojos pastatomos per siaurai arba per plačiai.                            |
| Esminė   | 5. Stovėseną nestabili, keičiant kūno padėtį lengvai prarandama pusiausvyra. |

**Klaidos, daromos smūgiuojant ranka ir spiriant koja:**

- |          |  |
|----------|--|
| Nedidelė | 1. Spiriant koja, rankomis neginami liemuo ir galva.                         |
| Nedidelė | 2. Smūgiuojant ranka, kita ranka neginami liemuo ir galva.                   |
| Didelė   | 3. Smūgio metu kojos – vienoje linijoje.                                     |
| Didelė   | 4. Smūgiai nesuderinami su žingsniais.                                       |
| Didelė   | 5. Netiksliai smūgiuojama į nurodytą vietą.                                  |
| Didelė   | 6. Smūgiuojama atlošus galvą.  |
| Esminė   | 7. Smūgiuojant ir spiriant prarandama pusiausvyra.                           |
| Esminė   | 8. Smūgiuojama atpalaiduota ranka.   |
| Esminė   | 9. Spiriama atpalaiduota koja.   |
| Esminė   | 10. Smūgiuojant ir spiriant plačiai užsimojama, atidengiami galva ir liemuo. |

**Gynybos nuo smūgio ranka arba spyrio koja klaidos daromos atstatant dilbį:**

- Nedidelė 1. Rankos dilbis pakeliamas aukštyn, nežengus žingsnio į priekį.
- Nedidelė 2. Rankos dilbis nuleidžiamas žemyn, nežengus atgal arba nepasilenkus į priekį.
- Didelė 3. Pakeliant dilbį atsilošiama atgal.
- Esminė 4. Pakeliamas atpalaiduotas dilbis.
- Esminė 5. Ginantis dilbis nepakeliamas.

**Gynyba nuo smūgio ranka arba spyrio koja, jį atmušant ranka:**

- Didelė 1. Plačiai užsimojama prieš atmušant ranką arba koją.
- Didelė 2. Ginantis liemuo atlošiamas atgal.
- Esminė 3. Atmušama atpalaiduota ranka.

**Gynybos nuo ginkluoto užpuoliko klaidos:**

- Didelė 1. Pavėluotai arba visai nesuduotas klaidinantis arba tikslus smūgis.
- Didelė 2. Neužfiksuota ranka su pistoletu kišenėje.
- Esminė 3. Nepasitraukiama nuo atakos linijos.
- Esminė 4. Neatimamas ginklas.
- Esminė 5. Atliekant veiksmą, pistoleto vamzdis nukreiptas į kurią nors kūno dalį.
- Esminė 6. Atliekant veiksmą, nekontroliuojama priešininko ranka, kurioje yra ginklas.

**Klaidos, stengiantis išsilaisvinti, kai priešininkas suima arba apglėbia:**

- Didelė 1. Nesuduodamas klaidinantis smūgis ranka, galva, koja.
- Didelė 2. Nepritupinama apglėbimo metu.
- Esminė 3. Uždelsta reakcija atliekant gynybos veiksmą

**Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – „truktelėjimu“:**

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Didelė 3. Nesutrikdoma priešininko pusiausvyra truktelėjimu į save žemyn.
- Didelė 4. Priešininko alkūnė neužfiksuojama už nugaros.
- Didelė 5. Priešininko pusiausvyra nesutrikdoma, jo svoris tolygiai pasiskirsto ant abiejų kojų.
- Didelė 6. Užlenkus ranką, kita ranka nepaimama už peties arba galvos.

**Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – stumtelėjimą:**

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Didelė 3. Pradedant veiksmą, priešininko ranka sugriebiama viena ranka.
- Didelė 4. Nesmūgiuojama į alkūnės sąnarį.
- Didelė 5. Priešininko alkūnė neužfiksuojama už nugaros.
- Esminė 6. Sugriebus ranką ir traukiant ją į šalį, priešininko pusiausvyra nesutrikdoma.
- Esminė 7. Lenkiant ranką už nugaros, nežengiami du arba trys žingsniai į priekį, priešininkas nespaudžiamas visu svoriu pirmyn ir žemyn.

**Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – panėrimą, ranką sukant į vidų:**

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Didelė 3. Paneriant žengiami ne į šoną lygiagrečiai priešininkui, o už nugaros arba iš priekio.
- Didelė 4. Pradedant atlikti veiksmą, partnerio ranka sugriebiama viena ranka.
- Didelė 5. Panėrus ranka nesukama į vidų.



- Didelė 6. Panėrus truktelėjimu į šoną, priešininko pusiausvyra nesutrikdoma.
- Didelė 7. Nesmūgiuojama į alkūnės sąnarį.
- Didelė 8. Priešininko alkūnė neužfiksuojama už nugaros.
- Esminė 9. Lenkiant ranką už nugaros, nežengiami du arba trys žingsniai į priekį, priešininkas nespaudžiamas visu svoriu pirmyn ir žemyn.

***Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – „užraktą“:***

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Nedidelė 3. Truktelėjus rankomis aukštyn, priešininko dilbis neprispaudžiamas prie krūtinės.
- Didelė 4. Rankos nesukabinamos „užraktu“.
- Didelė 5. Netrukkelėjama rankomis aukštyn.

***Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – „svertą į vidų“:***

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Nedidelė 3. Priešininkas nepatraukiamas į šoną.
- Didelė 4. Nefiksuojami priešininko petys ir alkūnė, prieš užlenkiant ranką už nugaros.
- Didelė 5. Nefiksuojamas priešininko petys, suimant ranką po pažastimi.
- Esminė 6. Atliekant „svertą į vidų“, priešininko pusiausvyra nesutrikdoma, jo ranka nesukama į vidų.
- Esminė 7. Sugriebta priešininko ranka sulenkama per alkūnę, skausmingai nelaužiami alkūnės ir riešo sąnariai, ranka prispaudžiama prie pilvo.

***Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – „svertą į išorę“:***

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Nedidelė 3. Atliekant „svertą į išorę“, nežengiamas žingsnis atgal.
- Didelė 4. Nepaimama abiem rankomis už plaštakos.
- Didelė 5. Atliekant „svertą į išorę“, ranka nesulenkiama per alkūnę.
- Didelė 6. Numetus priešininką ant žemės, paleidžiama jo ranka.
- Didelė 7. Numetus priešininką ant žemės, jo ranka sulenkama per alkūnę, nepatraukiama aukštyn į save ir neužlaužiamas riešas.
- Didelė 8. Guldant priešininką ant krūtinės, per jį peržengiama, o ne apeinama aplink jo galvą.
- Didelė 9. Pavertus priešininką ant krūtinės, skausmingai nespaudžiama plaštaka, kelis neįremiamas į jo nugarą arba kaklą.
- Didelė 10. Prieš statant priešininką ant kojų, jis nepaklupdomas ant kelių, o jo galva neprispaudžiama prie žemės.
- Didelė 11. Statant priešininką ant kojų, nepasakomos komandos: „Pritrauk kelius prie krūtinės, stok!“.
- Esminė 12. Atliekant „svertą į išorę“, priešininko pusiausvyra nesutrikdoma, jis nenumetamas ant žemės.
- Esminė 13. Atliekant „svertą į išorę“, nedaromas skausmingas poveikis riešui, alkūnei, peties sąnariui.

***Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – „svertą per dilbį“:***

- Nedidelė 1. Pavėluotai arba visai nesuduodamas klaidinantis smūgis delnu į galvą.
- Nedidelė 2. Laužiant alkūnės sąnarį, priešininkas nepastatomas ant pirštų galų.
- Didelė 3. Ranka sugriebiama ne iš vidinės pusės.
- Didelė 4. Atliekant veiksmą, ranka nesukama į išorę.

- Didelė 5. Atliekant veiksmą, nugara atsukama į priešininką.
- Esminė 6. Neištiesiama per alkūnę sugriebta priešininko ranka.
- Esminė 7. Neatliekamas skausmingas veiksmas, priešininko ranka nelaužiama per alkūnę.

***Klaidos, daromos atliekant sulaikymo veiksmą – „mazgą“:***

- Nedidelė 1. Galutinė padėtis – ranka uždėta ant priešininko peties.
- Nedidelė 2. Galutinė padėtis – pėda nepristatyta prie išorinės priešininko pėdos pusės.
- Nedidelė 3. Guldant priešininką ant krūtinės, nefiksuoja nei priešininko galva, nei liemuo.
- Didelė 4. Netinkamai paimama už riešo.
- Didelė 5. Rankos pirštais neįsikabinama į savo dilbį.
- Didelė 6. Priešininko alkūnė neprispaudžiama prie krūtinės.
- Didelė 7. Atliekant veiksmą, nesisukama aplink savo ašį.
- Didelė 8. Nepastatoma koja už priešininko kojos.
- Didelė 9. Numetus priešininką ant žemės, paleidžiama jo ranka.
- Didelė 10. Numetus priešininką ant žemės, neužlaužiamas priešininko riešas, keliais nespaudžiami nei galva, nei liemuo.
- Didelė 11. Guldant priešininką ant krūtinės, per priešininką peržengiama, o ne apeinama aplink galvą, ranka neužlenkiama už nugaros.
- Didelė 12. Statant partnerį ant kojų, nepasakomos komandos: „Pritrauk kelius prie krūtinės, stok!“
- Didelė 13. Prieš statant priešininką ant kojų, jis nepaklupdomas ant kelių ir jo galva neprispaudžiama prie žemės.
- Esminė 14. Atliekant „mazgą“, priešininko pusiausvyra nesutrikdoma, negriaunama ant žemės.
- Esminė 15. Atliekant „mazgą“, nedaromas skausmingas poveikis riešo, alkūnės, peties sąnariams.

***Metimų klaidos:***

- Nedidelė 1. Metant arba jau numetus paleidžiama partnerio ranka.
- Didelė 2. Priešininko pusiausvyra nesutrikdoma.
- Didelė 3. Neišnaudojama partnerio inercija, metama tik naudojant jėgą.
- Didelė 4. Po metimo prarandama pusiausvyra.
- Didelė 5. Netinkamai padedamos kojos (kojos pastatomos per plačiai, per siaurai, nesulenkiamos per kelius).
- Didelė 6. Atliekant veiksmą, netinkamai sugriebiama.
- Esminė 7. Nėra metimo trajektorijos (amplitudės).
- Esminė 8. Atliekant metimą, prarandama pusiausvyra, leidžiama priešininkui atlikti kontratakavimo veiksmą.

## **Išvados**

1. Ši individualių sulaikymo veiksmų vertinimo sistema leidžia objektyviai vertinti žinias, mokėjimus ir įgūdžius.

2. Sudaryta hierarchinė skalė, apibendrintos ir suklasifikuotos pasitaikančios kovinių veiksmų atlikimo klaidos policijos pareigūnams padės aiškiau ir nuosekliau suprasti sunkią ir išsamią kovinių imtynių, sulaikymo veiksmų technikos ir taktikos medžiagą.

3. Naudojantis sudaryta klaidų skale ir veiksmų vertinimo sistema, studentų savarankiškos pratybos tampa daug veiksmingesnės, jos leidžia racionaliau ugdyti profesinius mokėjimus ir įgūdžius. Policijos pareigūnų specialus fizinis parengimas negali būti

sėkmingas be nuolatinės kontrolės, laiku atlikto kovinių veiksmų mokėjimų, įgūdžių vertinimo.



## LITERATŪRA

1. Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministro 2003-07-18 įsakymas Nr. 1V-282 „Dėl bendro fizinio pasirengimo reikalavimų asmenims, pretenduojantiems į vidaus tarnybą, nustatymo“ // Valstybės žinios. 2003. Nr. 77–3544.
2. Karoblis P. Sporto treniruotės teorija ir didaktika. – Vilnius: Egalda, 1999.
3. Studijų tvarka. – Vilnius: LTU, 2001.
4. Stonkus S. Sporto terminų žodynas. – Kaunas: LKKA, 2002.
5. Fizinio rengimo ir kovinės savigynos programa, patvirtinta Senato 1999-11-11 nutarimu Nr. 163. Studijų programos 2003–2004. – Vilnius: LTU, 2003.
6. Абдулхаков М. Р., Транезников А. А. Бороться, чтобы побеждать! – Москва: Просвещение, 1990.
7. Андреев В. М., Чумаков Е. М. Борьба самбо. – Москва: Физкультура и спорт, 1967.
8. Боевые самбо приемы. Наглядное пособие по боевому разделу самбо. – Москва: МБД СССР, 1977.
9. Верхошанский Ю. В. Современная научная теория и методология спортивной тренировки. Современные достижения спортивной науки. – Санкт-Петербург, 1994.
10. Власов А. Наставление по физической подготовке личного состава органов внутренних дел. – Москва, 1986.
11. Волостных В. В., Борисов Н. И. Боевое самбо: введение в систему. Методическое пособие. – Москва: МЭИ, 1999.
12. Зезюлин Ф. М. Самбо. Теория, методика, практика. – Владимир, 2003.
13. Матвеев Л. П. К дискуссии о теории спортивной тренировки. Теория и практика физической культуры. 1998. Но. 7.
14. Миленин В. М., Лой А. А. Пособие по боевому разделу самбо. – Москва: МБД СССР, 1981.
15. Методическое пособие. – Москва: ВЮИ, 1990.
16. Непомнящий С. В. Физическая подготовка сотрудников органов внутренних дел. Учебное пособие. – Волгоград, 2000.
17. Пархомович Г. П. Основы классического дзюдо. – Пермь: Урал-Пресс Лтд, 1993.
18. Платонов В. Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. – Киев: Олимпийская литература, 1997.
19. Спортивная борьба. Ред. Г. С. Туманян. – Москва: ФИС, 1985.
20. Степанов С. С., Бадаян К. Л. Самозащита без оружия. – Москва: 1987.
21. Шулика Ю. А., Носуля В. Н., Саликов А. А. О степени прикладной эффективности видов боевых искусств и проблеме оценки мастерства в условных упражнениях самозащиты. Теория и практика физической культуры. 1998. Но. 2.



## *Evaluation on the Experience of the Low Enforcement Officers through the Combat Wrestling Exercises*

*Assoc. Prof. Dr. Robertas Veršinskas  
Vytautas Gušauskas  
Mykolas Romeris University*

**Keywords:** *statute service, officer, physical preparedness, fighting wrestling activities, estimation of mistakes.*

### **SUMMARY**

*The article analysis possibilities of efficiency in special physical preparedness of officers and improvement of professional preparedness in practical activities. Analysis of foreign special literature draws the authors to the conclusion that absence of quantitative criterion estimating activities and practice do not stimulate to practice self-defence without gun constantly. Different authors give different systems of estimation of special activities implementation. The authors of this article think that this problem can be solved by creating an objective, unified system of estimation of mistakes in fighting wrestling activities. This would change standpoint to independent practice in the main and would create conditions to systematic and uninterrupted perfection of learning special activities and practicing them.*

*The authors present the system of estimation of knowledge about fighting wrestling activities, practice and mistakes of police and other statute service officers. By this system all activities are divided to several independent themes. Every theme is valued according to mistakes. Mistakes are divided to small, big and essential. To make the final estimation, all the separate themes are summed up and obtain general estimation.*

