

Особливості адаптації курсантів ВНЗ МВС України до вивчення техніки самбо

Серебряк В.В., Попов С.В.

Луганський державний університет внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка

Анотація:

Мета: дослідити проблему адаптації курсантів до вивчення техніки кидків самбо у навчальному процесі професійної спрямованості. **Матеріал:** в дослідженні взяли участь 53 курсанти першого курсу, та 8 викладачів залучених в якості експертів. **Результати:** розглянуто особливості вивчення прийомів самозахисту без зброї у вищих системах МВС України. Визначено фактори, які ускладнюють формування технічних дій. Зокрема, недостатня готовність курсантів за основними психофізичними параметрами, прагнення уникнути больові відчуття при падіннях, великі перерви між заняттями. Розроблено комплекс спеціальних вправ, спрямований на удосконалення психофізичних якостей майбутніх правоохоронців, який сприяє адаптації до вивчення прийомів самозахисту без зброї. Експериментально підтверджено ефективність, запропонованих спеціальних вправ щодо підвищення якості формування рухових навичок та нейтралізації дії негативних чинників. **Висновки:** рекомендувати використання у навчальному процесі зі спеціальної фізичної підготовки спеціальних вправ, які поступово ускладнюються і за руховою структурою максимально наближені до складно координаційних прийомів рукопашного бою.

Серебряк В.В., Попов С.В. Особенности адаптации курсантов вузов МВД Украины к изучению техники самбо. Цель: изучить проблему адаптации курсантов к изучению бросковой техники самбо в учебном процессе профессиональной направленности. **Материал:** в исследовании приняли участие 53 курсанта первого курса, а также 8 преподавателей привлеченных в качестве экспертов. **Результаты:** рассмотрены особенности начального изучения приемов самозащиты без оружия в вузах системы МВД Украины. Определены факторы, которые затрудняют формирование технических действий. В частности, недостаточная готовность курсантов по основным психофизическим параметрам, стремление избежать болевых ощущений при падениях, большие перерывы между занятиями. Разработан комплекс специальных упражнений, направленный на совершенствование психофизических качеств будущих сотрудников милиции, который способствует адаптации к изучению приемов самозащиты без оружия. Экспериментально подтверждена эффективность предложенных специальных упражнений для повышения качества формирования двигательных навыков и нейтрализации действий негативных факторов. **Выводы:** рекомендовать использовать в учебном процессе по специальной физической подготовке специальные упражнения, постепенно усложняющиеся и по структуре максимально приближенные к сложным координационным приемам рукопашного боя.

Serebryak V.V., Popov S.V. Features of cadets' adaptation universities Ukrainian Interior Ministry to study the art of sambo. Purpose: to study the problem of adaptation of students to the study of throwing techniques Sambo in the educational process of professional orientation. **Material:** the study involved 53 first-year cadet. Also 8 teachers – experts. **Results:** the initial study of the features of self-defense techniques without weapons in the universities of the Interior Ministry of Ukraine. The factors that impede the development of technical action: lack of preparedness of students on basic psychophysical parameters, the desire to avoid pain when you fall; big breaks between classes. Developed a set of special exercises aimed at improving the mental and physical qualities of the future police officers. Complex promotes adaptation to the study of self-defense techniques without weapons. An efficiency of specific exercises to improve motor skills formation and neutralization of negative factors. **Conclusions:** recommend the use in the educational process special physical training specific exercises. Exercises gradually become more complex in structure as close as possible to the difficult coordination in unarmed combat.

Ключові слова:

готовність, адаптація, самозахист, кидок, координація, рівновага, відчуття, простору, рухові навички.

готовность, адаптация, самозащита, бросок, координация, равновесие, ощущение, пространства, двигательные навыки.

willingness, adaptation, self-defense, throw, coordination, balance, sensation, space, motor skills.

Вступ.

Формування якісних навичок самозахисту без зброї є одним з найважливіших завдань системи професійної підготовки сучасних правоохоронців [1]. І. Закорко встановлене, що серед різних заходів фізичного впливу прийоми боротьби самбо виявляються найбільш ефективними засобом захисту від неозброєного нападу в ситуаціях силового характеру. Оволодіння технікою самбо та формування вмінь застосувати прийоми для вирішення службових завдань сприяє підвищенню особистої безпеки співробітників органів внутрішніх справ (ОВС) та надає їм вагому перевагу при виникненні екстремальної ситуації [2, с. 142-144].

Зазвичай опановувати техніку самбо майбутні правоохоронці починають у процесі практичних занять зі спеціальної фізичної підготовки у вищих навчальних закладах (ВНЗ) системи МВС України. Формування вмінь та навичок виконувати кидки це складний педагогічний процес, що висуває значні вимоги до психофізичних якостей майбутніх правоохоронців й викликає певні труднощі. На підставі огляду робіт [2, 3, 4, 5, 6] зазначимо, що якість засвоєння прийомів самбо на за-

няттях з СФП великою мірою залежить від спеціальної поступової адаптації психіки курсантів до складно координаційних рухів та подолання факторів, які ускладнюють навчання. Серед факторів, що негативно впливають на формування технічних дій, слід виокремити:

- Недостатню готовність курсантів за основними психофізичними параметрами, зокрема низький рівень координаційних якостей та середній рівень фізичної підготовки;
- Прагнення уникнути больове відчуття при падіннях на килим, обумовлені відсутністю навичок виконання самостраховки;
- Великі перерви між заняттями з вивчення кидків самбо.

Окремі дослідники, зокрема Ф. Евтушов пишуть що процес навчання заходам фізичного впливу «за змістом повинен бити подобним спортивному тренуванню як в спортивних єдиноборствах, професійному та олімпійському спорті» [7, с. 112]. Але основним завданням підготовки майбутніх правоохоронців є не участь у змаганнях з боротьби самбо чи іншого виду спорту а самозахист від неозброєного а можливо й від озброєного нападу злочинців при виконанні службових обов'язків, що вимагає внесення певних змін

у навчальний процес. На підставі аналізу реальної практики службової діяльності співробітників ОВС вважаємо доцільним при вивченні прийомів самозахисту без зброї у ВНЗ системи МВС України ураховувати особливості їхнього практичного застосування при вирішенні службових завдань.

З огляду на означене вважаємо, що проблема поступового підведення курсантів до вивчення заходів фізичного впливу й, зокрема формування якісної техніки виконання кидків самбо вимагає посилення професійної спрямованості навчальному процесу, є актуальною та заслуговує усебічного висвітлення.

Дослідження проводилося згідно з планом науково-дослідної роботи на 2013-2014 навчальний рік Луганського державного університету внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка.

Мета, завдання роботи, матеріал і методи.

Мета дослідження – у роботі зроблено спробу розглянути проблему адаптації курсантів до вивчення техніки кидків самбо та встановити особливості використання у навчальному процесі допоміжних складно-координативних рухів професійної спрямованості.

Методи дослідження: теоретичний аналіз наукової літератури, тестування, педагогічне спостереження, експертне оцінювання.

Організація дослідження. Дослідження проводилося на базі кафедр тактико-спеціальної підготовки та спеціальної фізичної та вогневої підготовки Луганського державного університету внутрішніх справ імені Е.О. Дідоренка. У дослідженні взяли участь 53 курсанти першого курсу, з яких 28 курсантів – експериментальна група (ЕГ) і 25 курсантів контрольна група, та 8 викладачів, яких залучили в якості експертів.

Результати дослідження.

На підставі педагогічних спостережень за проведенням занять зі спеціальної фізичної підготовки у ВНЗ системи МВС України слід зазначити, що формування навичок самозахисту без зброї та рукопашного бою певною мірою носить спрощений характер. Так, у вступній частині заняття зі спеціальної фізичної підготовки зазвичай перевага надається загально розвиваючим вправам у на місці та в русі, гімнастичним вправам, вправам з легкої атлетики та силовим вправам. Така розминка містить певну рухову активність, яка має на меті «розігріти» курсантів та підготувати їх до виконання завдань основної частини заняття. Безумовно задача «розігріву» вирішується у повному обсязі, але професійна складова – використання спеціальних вправ, які мають прикладний характер значно обмежена.

Традиційно у ВНЗ системи МВС України вивчення кидків самбо здійснюється на другому році навчання. Відповідно до Наказу МВС України від 13.04.2012 № 318 у навчальних програмах зі спеціальної фізичної підготовки передбачено вивчення кидків задня підніжка, передня підніжка, кидок через стегно, плече, із захопленням ніг, підсікання. Зазначимо, що виконання вказаних прийомів у спортивному вигляді має певну користь, але основним завданням нам уявляється надання їх виконання професійної спрямованості, зо-

крема акцентування уваги на використанні кидків для захисту від неозброєного та озброєного нападу, визволення від захватів та обхватів та виконання інших завдань силового характеру.

Використання кидків для практичного вирішення службових завдань можливе лише тоді, коли правоохоронець має стійкі навички їхнього виконання, виконує технічні дії жорстко, акцентовано у швидкісно-силовому режимі з нанесенням «послаблюючого» удару та наступним затриманням злочинця.

Протягом останніх років усе частіше лунають думки щодо професійної спрямованості навчання правоохоронців, наближенні навчання до умов майбутньої професійної діяльності та наповнення навчальних програм професійним контекстом. У першу чергу мова йде про перегляд підходів до навчання сучасних правоохоронців на основі урахування реальних вимог конкретної службової діяльності та криміногенної обстановки, яка склалася у останні роки.

На підставі аналізу літературних джерел [7, 8, 9, 10, 11, 12] та практики службової діяльності вважаємо, що навчання співробітника органів внутрішніх справ самозахисту повинно поєднувати в єдину модель:

- базові дії рукопашного бою (блок, удар рукою, удар ногою);
- звільнення від захватів та обхватів;
- броскову техніку (задня подножка, бедро і т.д.);
- прийоми затримання злочинця у положенні лежачі з одяганням наручників.

Вважаємо, що використання у навчальному процесі методичного підходу, який передбачає поєднання основних елементів силової сутички зі злочинцями дозволить наблизити майбутніх правоохоронців до практичного застосування технічних дій.

На підставі аналізу фахової літератури [13, 14, 15], бесід з практичними співробітниками та викладачами кафедр спеціальної фізичної підготовки нами було розроблено та апробовано комплекс спеціальних вправ, спрямованих на створення передумов для якісного освоєння заходів фізичного впливу, зокрема техніки кидків самбо.

Хід експерименту. Особливістю розробленого нами комплексу вправ є те, що він призначений для використання майже з самого початку вивчення дисципліни «Спеціальна фізична підготовка». Так, в підготовчу частину практичних занять зі спеціальної фізичної підготовки (розминку) протягом першого та другого семестрів було включено:

- 1) Спеціальну акробатику – найпростіші акробатичні вправи, спрямовані на формування навичок самостраховки при падіннях на килим із різних положень, перекиди через праве, ліве плече, партнера. Поступово завдання було ускладнено поєднанням вказаних вище елементів з переходом до бойової стійки, самостраховка-стійка-блок, самостраховка-стійка-блок-імітація постановки ніг для кидка через стегно, плече, задня підніжка тощо.
- 2) Спеціальні захисні дії – блоки для виконання ударів та блоки для виконання кидків. Зазначимо що ці

Динаміка координаційних показників протягом експерименту

№	Показники	На початковому етапі		На підсумковому етапі	
		КГ	ЕГ	КГ	ЕГ
1	Координація	3,4	3,1	4,6	8,2
2	Рівновага	4,1	4,2	5,4	9,1
3	Відчуття простору	2,9	2,7	4,5	7,8
4	Технічні помилки при виконанні контрольних вправ	1,6	1,5	3,2	4,9

вправи мають важливе значення тому, що між цими двома видами блоків існує принципова різниця. У якості приклада наведемо одно із завдань. Супротивник із бойової стійки правою рукою виконує удар з верху кулаком у голову у відповідь на який курсант у першому варіанті виконує блок лівою рукою з відходом назад та позначає правою рукою прямий удар у голову супротивника. У другому варіанті на вказані дії курсант виконує блок з шагом правою ногою у перед та емітує початкове положення для кидка через плече. Таким чином у першому варіанті курсант напрацьовує навички виконання блока, який стримує удар та дозволяє перейти до контратаки, а у другому варіанті блок має на меті створення сприятливих умов для кидка.

- 3) Самостраховки з поступовим збільшенням висоти падіння (курсант виконує падіння через партнера, який знаходиться у положення лежачі, стоячи на колінах, нахилившись у перед в стійці, самостраховку через партнера в стійці із захватом руки).
- 4) Спеціальні рухові вправи в парах, що емітують кидки. Серед таких вправ слід виокремити імітаційні вправи на місці і в русі з партнером, пересування з партнером у партері та стійці. Ці вправи спрямовані на розвиток координаційних якостей, збагачення індивідуального фонду рухових локомоцій, зміцнення м'язів, що найбільше задіяні при виконанні кидків.

Особливістю запропонованого підходу є те, що перехід до вивчення нового елементу здійснювався не у фазі удосконалення попередньої дії, а ще раніше – на етапі формування початкових вмій. Такий підхід сприяє тому, що формування рухових вмій відбувається значно швидше й сприяє вже на перших етапах навчання створити передумови для майбутнього поєднання окремих елементів у єдину модель.

З метою оцінки впливу комплексу спеціальних вправ на якість формування навичок самозахисту без зброї нами було проведено педагогічну діагностику. Курсантам КГ та ЕГ було запропоновано комплекс завдань з урахуванням змісту початкового етапу навчання, тобто з опорою на рівень технічної підготовленості. Експерти за п'ятибальною шкалою оцінювали рівень розвитку координаційних якостей та рухових вмій курсантів КГ та ЕГ. За допомогою анкетування було досліджено деякі суб'єктивні показники, які

на наш погляд також суттєво впливають на якість навчального процесу. Отримані дані наведено в табл. 1.

Аналіз координаційних показників курсантів контрольної та експериментальної групи засвідчив, що у КГ відбулося певне збільшення рівня координаційних здібностей. Поряд з цим у КГ зафіксовано суттєве зростання за усіма основними параметрами, що переконливо свідчить про ефективність використання у навчальному процесі розроблених комплексів спеціальних вправ.

Висновки.

1. На підставі аналізу літературних джерел встановлено, що якість засвоєння прийомів самбо на заняттях з СФП великою мірою залежить від спеціальної поступової адаптації психіки курсантів до складно координаційних рухів. Серед факторів, які ускладнюють формування технічних дій виокремлено: недостатню готовність курсантів за основними психофізичними параметрами, прагнення уникнути больові відчуття при падіннях, великі перерви між заняттями.
2. На підставі аналізу реальної практики спеціальної фізичної підготовки у ВНЗ системи МВС України встановлено, що вивчення прийомів самозахисту без зброї часто відбувається в спрощеному режимі.
3. Доведено, що навчальний процес зі спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ системи МВС України має поєднати в єдину модель базові дії рукопашного бою, прийоми звільнення від захватів та обхватів, техніку кидків та прийоми затримання злочинця у положенні лежачі з одяганням наручників.
4. Розроблено комплекс спеціальних вправ, спрямований на удосконалення психофізичних якостей майбутніх правоохоронців, який сприяє адаптації до вивчення прийомів самозахисту без зброї. До комплексу включено спеціальну акробатику, спеціальні захисні дії, самостраховки з поступовим збільшенням висоти падіння, спеціальні рухові вправи в парах.
5. Експериментально підтверджено ефективність використання у навчальному процесі з СФП спеціальних вправ, які поступово ускладнюються й за руховою структурою максимально наближені до складно координаційних прийомів рукопашного бою, що сприяє підвищенню якості формування рухових навичок й нейтралізує дію негативних чинників.

Література:

1. Ануфрієв М.І., Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ: навчальний посібник / М.І. Ануфрієв, С.С. Бутов, О.Ф. Гіда, С.М. Решко – К.: Національна академія внутрішніх справ України. – 2003. – 338 с.
2. Закорко І.П. Боротьба самбо в системі професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вузів МВС України / І.П. Закорко // Проблеми і перспективи розвитку спортивних игр и единоборств в высших учебных заведениях: збірник статей IX міжнародної наук.-практ. конф (Белгород-Харьков-Красноярск-Москва, 8-9 лютого 2013 року). – 2013. – 392 с.
3. Закорко І.П. Спортивний розділ самбо і дзюдо: інструктивно-методичні матеріали до практичних занять / І.П. Закорко, Б.Б. Шаповалов, О.В. Журавель. – К.: РВВ КЮІ МВС. – 2005. – 20 с.
4. Харлампієв А.Л. Самооборона без зброї: учебное пособие / А.Л. Харлампієв. – М.: МВД СССР. – 1958. – 302 с.
5. Чумаков Е.М. 100 уроков самбо / Е.М. Чумаков. – М.: ФАИР-ПРЕСС. – 2000. – 400 с.
6. Евтушов Ф.М. Особенности методики обучения приемам единоборств курсантов вузов МВД Украины / Ф.М. Евтушов // Проблеми і перспективи розвитку спортивних игр и единоборств в высших учебных заведениях: збірник статей IX міжнародної наук.-практ. конф (Белгород-Харьков-Красноярск-Москва, 8-9 лютого 2013 року). – 2013. – 392 с.
7. Болобан В.Н. Сенсомоторная координация как основа технической подготовки / В.Н. Болобан // Наука в олимпийском спорте. – 2006. – №2. – С. 96-102.
8. Садовски Е. Основы тренировки координационных способностей в восточных единоборствах / Е. Садовски. – Biala Podlaska: ZWWF. – 2003. – С. 66-117.
9. Садовски Е. Структура координационных способностей спортсменов, специализирующихся в спортивных единоборствах / Е. Садовски // Наука в олимпийском спорте. – 2000. – №2. – С. 5-9.
10. Пліско В.І. Використання заходів фізичного впливу з тактичним осмисленням ситуацій відповідно до ступеня загрози: монографія / В.І. Пліско, М.О. Носко. – Чернігів: ЧНПУ. – 2010. – 284 с.
11. Бондаренко В.В. Модель якостей працівника міліції, яка надає йому перевагу в умовах несподіваного зіткнення з озброєним супротивником / В.В. Бондаренко // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання і спорт. – Чернігів: ЧНПУ. – 2010. – №81. – С. 136-140.
12. Пліско В.І. Алгоритм дій майбутнього офіцера міліції в умовах зіткнення зі злочинцем, озброєним холодною зброєю / В.І. Пліско, В.В. Бондаренко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Харків: ХДАДМ. – 2011. – №3. – С. 101-104.
13. Bertram C.P. Coordination during a combined locomotion pretension task / C.P. Bertram, R.G. Marteniuk, M. Wymer // Journal of Sport Exert Psychol. – 1999. – vol.21. – 18 p.
14. Raglin J.S. Psychological factors in sport performance. The Mental Health Model Revisited / J.S. Raglin // Sports Medicine. – 2001. – vol.31(12). – pp. 875-90.
15. Seefeldt V. Factors Affecting Levels of Physical Activity in Adults / V. Seefeldt, R.M. Malina, M.A. Clark // Sports Medicine. – 2002. – vol.32(3). – pp. 146-68.

References:

1. Anufriiev M.I., Butov S.Ie., Gida O.F., Reshko S.M. *Osnovi special'noyi fizichnoyi pidgotovki pracivnikiv organiv vnutrishnikh sprav* [Fundamentals of special physical training of law enforcement officers], Kiev, National Academy of Internal Affairs of Ukraine, 2003, 338 p.
2. Zakorko I.P. Borot'ba sambo v sistemі profesijno-prikladnoyi fizichnoyi pidgotovki kursantiv vuziv MVS Ukrayini [Sambo in the system of vocational and applied physical training of cadets universities Internal Affairs of Ukraine] *Problemy i perspektivy razvitiia sportivnykh igr i edinoborstv v vysshikh uchebnykh zavedeniakh* [Problems and prospects of development of sports and martial arts in higher education], Belgorod-Kharkiv-Krasnoyarsk-Moscow, 2013, 392 p.
3. Zakorko I.P., Shapovalov B.B., Zhuravel' O.V. *Sportivnij rozdil sambo i dziudo: instruktivno-metodichni materiali do praktichnikh zaniat'* [Sports section sambo and judo: instructional and teaching materials for practical exercises], Kiev, 2005, 20 p.
4. Kharlampiev A.L. *Samozashchita bez oruzh'ia* [Self-defense without weapons], Moscow, 1958, 302 p.
5. Chumakov E.M. *100 urokov sambo* [100 lessons Sambo], Moscow, 2000, 400 p.
6. Evtushov F.M. Osobennosti metodiki obuchenii priemam edinoborstv kursantov vuzov MVD Ukrainy [Specific methods of teaching techniques of martial arts students of universities of Ukraine MIA] *Problemy i perspektivy razvitiia sportivnykh igr i edinoborstv v vysshikh uchebnykh zavedeniakh* [Problems and prospects of development of sports and martial arts in higher education], Belgorod-Kharkiv-Krasnoyarsk-Moscow, 2013, 392 p.
7. Boloban V.N. *Nauka v olimpijskom sporte* [Science in Olympic Sport], 2006, vol.2, pp. 96-102.
8. Sadvoski E. *Osnovy trenirovki koordinacionnykh sposobnostej v vostochnykh edinoborstvakh* [Fundamentals training coordination abilities in martial arts], Biala Podlaska, ZWWF, 2003, pp. 66-117.
9. Sadvoski E. *Nauka v olimpijskom sporte* [Science in Olympic Sport], 2000, vol.2, pp. 5-9.
10. Plisko V.I., Nosko M.O. *Vikoristannia zakhodiv fizichnogo vplivu z taktichnim osmislenniam situacij vidpovidno do stupenia zagrozi* [The use of physical impact on the tactical understanding of the situations according to the degree of threat], Chernigov, Chernigov National Pedagogical University, 2010, 284 p.
11. Bondarenko V.V. *Visnik Chernigivs'kogo derzhavnogo pedagogichnogo universitetu* [Bulletin of the Chernihiv State Pedagogical University], 2010, vol.81, pp. 136-140.
12. Plisko V.I., Bondarenko V.V. *Pedagogika, psihologia ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovanna i sportu* [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2011, vol.3, pp. 101-104.
13. Bertram C.P., Marteniuk R.G., Wymer M. Coordination during a combined locomotion pretension task *Journal of Sport Expert Psychology*, 1999, vol.21, 18 p.
14. Raglin J.S. Psychological factors in sport performance. The Mental Health Model Revisited, *Sports Medicine*, 2001, vol.31(12), pp. 875-90.
15. Seefeldt V., Malina R.M., Clark M.A. Factors Affecting Levels of Physical Activity in Adults. *Sports Medicine*, 2002, vol.32(3), 146-68.

Информация об авторах:

Серебряк Владимир Васильевич: ORCID: 0000-0003-0922-6949; serg_popov_ukr@ukr.net; Луганский государственный университет внутренних дел имени Э.А. Дидоренко; Ул. Генерала Дидоренко, 4, пос. Юбилейный, г. Луганск, 91493, Украина

Попов Сергей Викторович: ORCID: 0000-0001-9299-1232; serg_popov_ukr@ukr.net; Луганский государственный университет внутренних дел имени Э.А. Дидоренко; Ул. Генерала Дидоренко, 4, пос. Юбилейный, г. Луганск, 91493, Украина

Цитируйте эту статью как: Серебряк В.В., Попов С.В. Особливості адаптації курсантів ВНЗ МВС України до вивчення техніки самбо // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2014. – № 5 – С. 55-59. doi:10.6084/m9.figshare.971064

Электронная версия этой статьи является полной и может быть найдена на сайте: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive.html>

Это статья Открытого Доступа распространяется под терминами Creative Commons Attribution License, которая разрешает неограниченное использование, распространение и копирование любыми средствами, обеспечивающими должное цитирование этой оригинальной статьи (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.ru>).

Дата поступления в редакцию: 27.01.2014 г.
Опубликовано: 25.02.2014 г.

Information about the authors:

Serebriak V.V.: ORCID: 0000-0003-0922-6949; serg_popov_ukr@ukr.net; Lugansk State University of Internal Affairs; Str. General Didorenko, 4, village Jubilee, Lugansk, 91493, Ukraine

Popov S.V.: ORCID: 0000-0001-9299-1232; serg_popov_ukr@ukr.net; Lugansk State University of Internal Affairs; General Didorenko Str. 4, village Jubilee, Lugansk, 91493, Ukraine

Cite this article as: Serebryak V.V., Popov S.V. Features of cadets' adaptation universities Ukrainian Interior Ministry to study the art of sambo. *Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports*, 2014, vol.5, pp. 55-59. doi:10.6084/m9.figshare.971064

The electronic version of this article is the complete one and can be found online at: <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/arhive-e.html>

This is an Open Access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License, which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original work is properly cited (<http://creativecommons.org/licenses/by/3.0/deed.en>).

Received: 27.01.2014
Published: 25.02.2014