

РЕМІНІСЦЕНЦІЯ В ПРОЦЕСІ ЗАСТОСУВАННЯ ПРИЙОМІВ РУКОПАШНОГО БОЮ

В статті висвітлюється роль ремінісценції в процесі застосування військовослужбовцями прийомів рукопашного бою, показані шляхи взаємодії факту ремінісценція з рукопашним боєм.

В статье освещается роль реминисценции в процессе применения военными приемами рукопашного боя, показаны пути взаимодействия факта реминисценция с рукопашным боем.

In the article the role of reminiscence is illuminated in the process of application of receptions of hand-to-hand fight servicemen, shown ways of co-operation of fact reminiscence with a hand-to-hand fight.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Навчання техніці виконання прийомів в процесі спеціальної фізичної підготовки завжди має характер розгорнутого педагогічного процесу. При цьому тривалість і успішність засвоєння техніки прийомів рукопашного бою залежить від різних факторів: а) формування цільової установки; б) складності запропонованого матеріалу; в) ефективності методики навчання; г) рівня психологічної та фізичної підготовленості контингенту, що навчається. Із практики спорту відомо, що досконале оволодіння технікою спортивних рухових дій потребує тривалого часу, -навіть при 3-6 разових тренувальних заняттях протягом тижня на досягнення спортивної майстерності необхідно 5-7 років.

Соціальні обставини в Україні залишаються достатньо складними, і саме військовослужбовцям Збройних Сил України необхідно бути готовими до виконання завдань за призначенням, щодо захисту держави, її незалежності та територіальної цілісності. Тому, в умовах, що склалися на теперішній час в системі професійної підготовки військовослужбовців різних категорій, необхідно виявити ефективні шляхи підвищення спеціальної фізичної та психологічної підготовленості.

Військовослужбовець Збройних Сил України обов'язково повинен володіти приемами рукопашного бою, які він зможе при необхідності застосувати. Ці навички перш за все необхідні для знищення, виведення з ладу або полонення противника, самозахисту від його нападу. Відомо, якщо ти не зреагуєш першим вчасно на загрозу, то тебе захоплять, покалічать, знищать, а це сувородійність війни. Вказане відноситься не тільки до піхотинця. Екіпаж літаку, який катапультиувався, приземлився на ворожу територію – потрапляє в інші специфічні умови. Особовий склад надводних та

підводних човні, підрозділів берегової охорони діє на воді, під водою, у береговій зоні. Всі мають боротися, прагнути життя, перемоги, і можливо із використанням засобів рукопашного бою, які повинні передбачатися керівними документами, системою навчання і виховання у будь-яких ситуаціях [7].

Але оволодіти цими спеціальними, професійними навичками можливо лише завдяки добре розвинутим психомоторним властивостям особистості, серед яких провідна роль належить швидкості, влучності та спритності.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Останніми роками інтерес до вивчення цих психомоторних властивостей особистості, різко підвищився. Про це свідчить значний обсяг наукових і методичних публікацій (В.В. Клименко, О.Ф. Хмільяр, В.П. Озеров, Є.П. Ільїн, М.В. Макаренко) [1, 3, 4, 5].

Разом з тим, на багато питань поки що немає науково обґрунтованих відповідей. Розуміння природи швидкості, влучності та спритності до цього часу базується головним чином на емпіричних уявленнях, ще не визначені критерії оцінки рівня розвитку зазначених фізичних якостей, ряд рекомендацій щодо методики їх розвитку не достатньо експериментально обґрунтовані [4].

В цьому контексті важливого значення набуває факт ремінісценції, оскільки вона забезпечуватиме якісний розвиток психомоторних дій офіцера під час ведення рукопашного бою (Г. Еббінгауз, Д. Б. Баллард, Д.І.Красильникова, О. Ф. Хмільяр). Психомоторні факти ремінісценції відомі в психології давно. Своїм корінням вони сягають епоху античності. Так, Платон порівнював ремінісценцію з восковою табличкою, на якій зовнішній світ, подібно каблучці залишає свої відбитки. Сутність відбитків, або слідів ремінісценції, і донині

служить об'єктом захоплюючих пошуків, знахідок, дискусій. Разом з тим, тривалий проміжок часу, вони не привертали до себе увагу, в першу чергу тому, що з великими, труднощами вписувалися в контексти теорій, що розроблялися тією чи іншою психологічною школою [5]. Останні дослідження в яких розглядався факт ремінісценції не дають чіткого психологічного пояснення, деякі вчені взагалі засумнівалися в його реальності та відмовилися від можливості його психологічного пояснення, що спонукає нас до подальшої роботи в цьому напрямку.

Мета даної статті спрямована на висвітлення ролі ремінісценції в процесі застосування військовослужбовцями прийомів рукопашного бою, та показу шляхів взаємодії.

Ремінісценція (від лат. Reminiscentia – пригадування) – більш повне і точніше відтворення збереженого в пам'яті матеріалу в порівнянні із спочатку зафіксованим (завченим). В перше згадку про феномен “ремінісценція” ми знаходимо в працях сербського вченого В. Урбанчика датованих 1907 роком.

Ремінісценція може спостерігатися при запам'ятовуванні різноманітного вербального і наочного матеріалу, а також при закріпленні сенсомоторних навичок. Особливо часто ремінісценція проявляється при роботі з великим об'ємом логічно або предметно пов'язаного матеріалу, що чинить на людину емоційну дію.

Вихідним матеріалом, який є необхідним для виконання будь-якої психомоторної дії під час ведення рукопашного бою, є бездоганне засвоєння під час навчань, тренувань, занять, та своєчасне відтворення в потрібний момент, раніше вивченої збереженої в пам'яті інформації. Збереження є складним динамічним процесом; воно здійснюється в умовах певним чином організованого засвоєння і включає різноманітні процеси переробки матеріалу.

Зворотньою стороною збереження, є забування. Г. Еббінгауз, П. Радосавлевич, А. П'єрон та ін. досліджували хід того, що забування як функція часу, що пройшов з моменту заучування. Вивчивши деякий матеріал, Еббінгауз після певного часу, впродовж якого цей матеріал частково забувався, приступав до його доучування [по 2].

Величина того, що збереглося, визначалася таким чином: бралася різниця в

тривалості первинної і вторинної виучки і обчислювалося відсоткове відношення цієї різниці до тривалості первинного заучування. Досліди Еббінгауза дали наступні результати: після 20 хвилин збереглося 59,2 % запам'ятованого матеріалу, після 1 години - 44,2%, після 9 годин - 35,8%, після 1 дня - 33,7%, після 2 днів - 27,8%, після 3 днів - 25,4%, після 31 дня - 21,1% [по 2]. Головна втрата, за даними Еббінгауза, випадає на перші 1-2 доби і особливо на перші півгодини - годину; при цьому загальна втрата дуже значна: після закінчення 2 діб матеріал зберігається лише дещо більше, чим на чверть (27,8%).

В ході дослідження збереження і забування розкрився ще один, принципово дуже значущий, факт. Виявилось, що в найближчий після первинного відтворення матеріалу інтервал (2-3 дні, а іноді і значніший термін) не завжди спостерігається різке зниження відтворення, як це слід було б чекати згідно з логарифмічною формулою Еббінгауза, іноді навіть відстрочене відтворення матеріалу виявляється повнішим і досконалішим, чим що безпосередньо йде за первинним сприйняттям або заучуванням.

Перше дослідження, спеціально присвячене вивченню ремінісценції, було проведене Д. Б. Баллардом. Від класичної кривої того, що забувається по Еббінгаузу, криві Балларда відрізнялися характерним підйомом впродовж перших 2 - 3 днів після заучування, тобто якраз там, де крива Еббінгауза дає найбільш різке падіння. Факт так званої ремінісценції, через яку з часом відтворення іноді не погіршується, а покращується, має, на наш погляд, принципове значення для загальної теорії пам'яті, та представляється парадоксальним [по 2].

Найбільш глибоко і деталізовано факт ремінісценції було розкрито Д. І. Красільщиком [2, с. 288]. Згідно з її даними ремінісценція – широко поширене явище. З 485 індивідуальних дослідів (включаючи і незв'язний матеріал) ремінісценція виявлена в 40,5% випадків. Якщо ж виключити незв'язний матеріал, залишивши лише осмислений, то ремінісценція виявлена в середньому в 65% випадків.

Наявність ремінісценції істотно залежить від характеру завченого матеріалу. Тоді як при відтворенні осмисленого матеріалу часто-густо виявлялося поліпшення відстроченого відтворення, спливання нових елементів при

відтворенні незв'язного матеріалу спостерігалось лише в окремих випадках. При цьому особливо сприятливим для прояву ремінісценції був матеріал, більше насичений змістом, де послідовність подій була викладена природно і переконливо.

Ремінісценція частіше виявляється при вільному викладі смислового змісту, ніж при буквальному відтворенні. Найбільш сприятливими в цьому відношенні виявляються ті частини сприйнятого матеріалу, які вимагають особливого зосередження думки, прояв ремінісценції залежить і від відношення до матеріалу що запам'ятовується. Ремінісценція найяскравіше виявляється на такому матеріалі, який викликає інтерес у випробовуваного, істотним для прояву ремінісценції є і те, наскільки той, що заучує опанував зміст матеріалу.

Найважливішою ланкою в поясненні причин ремінісценції є характер самого процесу відтворення. Дослідження виявило, що друге відстрочене відтворення що давало ремінісценцію, відрізняється від першого безпосереднього не лише тим, що одне з них - перше, а інше - друге, що між ними деякий часовий інтервал, але що вони психологічно якісно різні, по-іншому протікають. Якщо в процесі безпосереднього відтворення той, що завчає, намагається відновити матеріал, використовуючи при цьому значною мірою зовнішні асоціативні зв'язки, то при відстроченому відтворенні випробовуваний спирається головним чином на зв'язки смислові.

Як показало дослідження Красильщикової, в тих випадках, де виявлялася ремінісценція, мав місце в психіці інший, вищий рівень відстроченого відтворення.

Доситьдеталізовано факт ремінісценції впр оцесі збереження та відтворення психомоторних дій розкриває О.Ф. Хміляр.

Саме за дослідженнями цього психолога, висока влучність дії, що зафіксована після виконання аналогових вправ, показує важливе значення явища ремінісценції в процесі формування цієї фізичної якості. Кожна влучно виконана дія досліджуваным у ході психологічного експерименту, підтверджує те, що він здатний подумки, на основі почуттєвої інтуїції створити точні рухи і з високою влучністю втілити цю думку в рух [по 5].

Науковець О.Ф. Хміляр дослідив що, ремінісценція дії та аналогові вправи в процесі формування влучності психомоторної дії є самостійними механізмами розвитку рухів. У

ході експерименту ремінісценція підсилювалась і проявляла себе шляхом виконання аналогових вправ з установкою на влучність дії.

Розглядаючи психіку як системну властивість високоорганізованої матерії, необхідно визначитись, яким чином вона фіксує та відтворює події, де перебуває людина чи передбачає перебувати. Це можна розглянути через рівні уявлення подій: [6, с. 171].

перший (базовий) - уявлення подій минулого (характеризується досвідом людини, пам'яттю минулих подій тощо) і виявляється у формах стереотипів (шаблонів) сприйняття, характеристик явищ і предметів, умовиводах людини, її думках, ставленні до оточення тощо;

другий (середній) – відображення подій дійсного (характеризується сукупністю образів, переживань, розумових актів тощо) і виявляється у формах відображення, класифікації та кваліфікації подій, явищ, предметів чи образів, відчуття, переживання тощо;

третій (вищий) – відображення можливого (передбачуваного) майбутнього (характеризується спонуканнями, намірами, цілями, фантазіями, сподіваннями, мріями тощо) виявляється у формах передбачення перебігу подій; моделюванні власних дій чи поведінки опонентів; наслідків очікуваних або передбачуваних дій; регуляції власної поведінки та ін.

Досвідчені бійці відбирають і кристалізують свою особисту техніку на базі різнобічних знань, вмінь, навичок, широкого спектру прийомів і дій, враховуючи при цьому і віковий ценз, і фізичний стан і рівень всебічної підготовленості як за своїми показниками так і за можливих типів противників, а це і стратегія, і тактика (в ракурсі рукопашної підготовки), постійні заняття, контроль, самоконтроль і аналіз [по 7].

Саме збереження раніше отриманої інформації та своєчасне відтворення її в потрібний момент, на наш погляд допомагає проведенню тренування, найпростішим способом - комплексного самовдосконалення. Такий вид тренувань в умовах бойової діяльності взагалі може бути чи не єдиним способом не тільки підтримання доброї фізичної форми, але й розвитку окремих систем і функцій організму із накопиченням внутрішнього потенціалу.

Не можливе проведення тренування без факту ремінісценції в системах єдиноборств де немає тренувальних комплексів присутній так званий “бій із тінню”, який хоч і складається самостійно і кожен раз по новому, але теж містить комбінаційну техніку відповідного рівня бійця, відіграє таку саму роль що й тренувальні комплекси. Головне “жити” в цю мить боєм, який проводиш у своїй уяві, не важливо за стандартною схемою, чи щойно відбудованою, тоді реальний бій опануєш глибоко [7].

Окремі підрозділи і частини намагаються своїми силами розвивати рукопашний бій. Для цього запрошують фахівців з карате, російському рукопашному бою по стилю Кадочникова, і інших видів єдиноборства. Але це ініціатива мудрих командирів рівня тактичної ланки. Добре, що командування, зацікавлене в підвищенні боєздатності особового складу, оскільки розуміє, що в сучасних умовах від військовослужбовців потрібна висока фізична і морально-психологічна підготовка. А самим кращим засобом для цього є рукопашний бій.

Висока інтенсивність занять, учбові бої з використанням всього арсеналу озброєння, проходження смуги перешкод, де змодельована обстановка бою, дають військовослужбовцям не тільки повноцінне фізичне навантаження, але і психологічне. Уміння і навички ведення рукопашного бою додають військовослужбовцеві впевненості в своїх силах, підвищують емоційно-вольовий настрій, кріплять дисципліну в підрозділах, тобто мають величезний виховний момент. Також це і підвищення психологічної стійкості до дії несприятливих чинників зовнішнього

середовища, і використання резервних можливостей організму, і розвиток спритності, винахідливості, здатності ухвалення нестандартних рішень, розвиваються найважливіші для військовослужбовця якості такі, як сміливість, впевненість у власних силах при зближенні з супротивником, наполегливість у досягненні мети, рішучість у діях, прагнення атакувати й перемогти. Тому можна з впевненістю констатувати, що рукопашний бій займатиме важливе місце в спеціальній фізичній підготовці військовослужбовців. А факт ремінісценції буде сприяти якісному оволодінню та проведенню прийомів рукопашного бою.

Таким чином ремінісценція, що є специфічним моментом в процесі збереження і відтворення, і наше трактування її як явища, обумовленого головним чином складними взаємозв'язками процесів пам'яті і мислення, є істотною ланкою в загальній перебудові вчення про пам'ять, що доводить неможливість звести складні процеси, до неї що відносяться, до якоїсь окремої функції. Наявність ремінісценції в процесі збереження не виключає, звичайно, безперечного факту того, що забувається. Проте його не доводиться розглядати як процес, який завжди здійснюється мимоволі через не залежні від людини обставини. Він протікає так чи інакше залежно від того, як він організовується. Хід збереження і забування істотно залежить від характеру первинного збереження або заучування матеріалу. Емпіричні прояви ремінісценції в ході рукопашного бою потребують більш прикладного вивчення, що буде продовжено нами в подальшій діяльності.

Література

1. Ильин Е. П. Психомоторная организация человека [Учебник для вузов] / Е. П. Ильин. – СПб. : Питер, 2003. – 384 с.
2. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб. : Питер, 2002. – 720 с. – (Серия “Мастера психологии”).
3. Клименко В.В. Психология спорта / В.В. Клименко. – К. : МАУП, 2007. – 432 с.
4. Озеров В.П. Психомоторные способности человека / В.П. Озеров. – Дубна : Феникс +, 2002. – 320 с.
5. Хміляр О. Ф. Психологічні особливості розвитку професійно важливих фізичних якостей особистості офіцера / Олег Федорович Хміляр. – Дисертація на здобуття наукового ступеня кандидата психологічних наук 19.00.01. – К. : АПН України, 2004. – 223 с.
6. Макаревич О. П. Психология победы / О. П. Макаревич. – К. : ДАКККИМ, 2006. – 295 с.
7. Молоков В. О. Щодо удосконалення змісту рукопашної підготовки в Збройних Силах України / В. О. Молоков (Наукова праця) Вісник Національної академії оборони України. Зб-к наук. праць. – К. : НАОУ, 2009. – Вип. 1 (9). – С. 42 -44.