

Список використаних джерел:

1. Сайт про плавання прикладне плавання. URL: <https://jak.koshachek.com/articles/sajt-pro-plavannja-prikladne-plavannja.html> (дата звернення: 06.06.2022).
2. Фізичне виховання. Плавання : навч. посіб. для студ. всіх спеціальностей / уклад.: Дакал Н. А., Хіміч І. Ю., Антонюк О. В., Парахонько В. М., Смірнов К. М., Черевичко О. Г., Зубко В. В., Качалов О. Ю., Муравський Л. В. Київ : КПП ім. Ігоря Сікорського, 2021. 216 с.
3. Мельников А., Шинкарук В., Волошин В. Прикладне плавання в системі навчання курсантів. *Збірник наукових праць Національної академії державної прикордонної служби*. Серія: Педагогічні науки. 2016. № 3(5). С. 130–138.

Ключові слова: прикладне плавання, поліцейський, здобувачі вищої освіти, заклади вищої освіти із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських.

Key words: applied swimming, police officer, applicants for higher education, higher education institutions with specific training conditions realizing police training.

КУЗЬМЕНКО ВАЛЕРІЯ ВАДИМІВНА

*Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
курсант навчально-наукового інституту права та підготовки фахівців
для підрозділів Національної поліції*

ПЕТРЕНКО СЕРГІЙ ПЕТРОВИЧ

*Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,
викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки*

ОКРЕМІ ПИТАННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

Національна поліція України є центральним органом виконавчої влади, який служить суспільству шляхом забезпечення охорони прав і свобод людини, протидії злочинності, підтримання публічної безпеки і порядку [1]. Поліцейські виконують різного роду завдання, тому рівень їх здібностей має бути відповідним. Спеціальна фізична підготовка є складовою багатoproфільної підготовки правоохоронців, що й складає актуальність нашого дослідження.

Фізична підготовка в правоохоронних органах має забезпечувати збереження здоров'я, професійної активності, усебічний розвиток фізичних якостей, професійно важливих умінь і навичок працівників, необхідних для виконання службово-оперативних завдань [2]. Потреба якісного рівня фізичної підготовки поліцейських зумовлені не лише специфікою їхньої службової діяльності, а й загальними вимогами до розвитку здорової молоді.

Вважаємо за необхідне зазначити, що професійна спрямованість процесу фізичної підготовки майбутніх працівників поліції, зважаючи на умови сьогодення, має бути направлена на роботу в екстремальних умовах. Така підготовка може відбуватися в таких варіантах: 1) в окремих нових інтегрованих спецкурсах, використанні активних і професійних методів навчання; 2) в нових модулях існуючих дисциплін, зміни в робочих програмах окремих навчальних дисциплін; використанні активних і професійних методів навчання; 3) надання професійної спрямованості виховній і позааудиторній роботі зі студентами, відпрацювання надійності в позааудиторний час на тренуваннях в секціях, самовиховання в сфері фізичної культури.

Принагідно сказати, що серед професійно необхідних фізичних якостей офіцера, які розвиваються в процесі фізичної підготовки, більшість науковців суттєве значення відводять витривалості, влучності та спритності [3]. Деякі фахівці пов'язують спритність зі швидкістю і точністю складних рухових реакцій, здатністю до логічного мислення та високою руховою активністю. Діяльність правоохоронних органів в умовах збройних сутичок передбачає необхідність гранично можливого розвитку швидкості рухової реакції та окремих рухів, витривалості, спритності, м'язової сили, високої координації рухів та просторової орієнтації [4]. Тому система навчання майбутніх правоохоронців мають бути спрямована саме на набуття відповідних якостей.

Важливим завданням фізичної підготовки майбутніх поліцейських є сприяти високому рівню розвитку витривалості, координаційних та силових здібностей, здатності швидко реагувати та приймати рішення у відповідності до умов, які постійно змінюються та ускладнюються. Результати вправ, які описують рівень спритності і координаційних здібностей та статичної витривалості м'язів тулуба, констатують необхідність вдосконалення чинної навчальної програми з посиленням уваги до вдосконалення вказаних якостей у курсантів-поліцейських старших курсів. Так, загальна витривалість та показники статичної витривалості курсантів характеризуються як задовільні, з роками навчання рівень функціональних можливостей зростає, а на старших курсах простежується погіршення результатів [5]. Така тенденція є негативною та потребує додаткових досліджень.

Суттєву роль відіграє самостійна підготовка офіцерів та майбутніх офіцерів поліції. Дослідження медиків показали, що надмірна м'язова активність спричиняє виснаження нервової системи, розвитку небажаних, а згодом патологічних змін в організмі людини. Виходячи з цього, кожен, хто займається фізичними вправами, повинен пам'ятати про поступовість нарощування навантажень. За умови постійного та значного службового навантаження у поліцейських може виникати перевтома. Не слід надто поспішати у досягненні високих фізичних здібностей та виснажувати себе тренуваннями до втрати свідомості.

Побудова занять на всіх етапах підготовки повинна сприяти послідовному розвитку всіх необхідних якостей. Характер навантаження повинен відповідати поступовому розвитку певних рухових якостей. Потрібно також пам'ятати, підбираючи засоби швидкоісно-силової спрямованості, що такі вправи повинні наближати специфіку роботи м'язів до умов змагальної діяльності.

Хочемо зацентувати увагу на професійній підготовці особового складу в період війни. Воєнний час вимагає інтенсивних методів навчання. Освітній процес у цей період має охоплювати мінімальний, однак вискоєфективний обсяг рухових дій і прийомів. Водночас, під час навчання поліцейських слід орієнтувати на проведення сутичок не спортивних, а реальних (бойових), спрямовуючи їхнє мислення до дій поняттями бою. Пізнавальним є також факт, що заняття спортом допомагають впоратися з стресом, опанувати себе та відволіктися, що має досить важливе значення в ситуації, що склалася.

Підсумовуючи вищезазначене, вважаємо за необхідне сказати, що сьогодні забезпечення професійного спрямування фізичної підготовки майбутніх працівників органів внутрішніх справ до діяльності в екстремальних умовах є важливою умовою формування професійної готовності співробітників до такої роботи. Отож, пріоритетним напрямком діяльності вищих навчальних закладів системи МВС залишається вдосконалення рівня фізичних здібностей шляхом використання спеціальних методів і засобів. Підвищення професійної готовності поліцейських до ефективних дій в екстремальних умовах є перспективним напрямком вдосконалення системи фізичної підготовки правоохоронців.

Список використаних джерел:

1. Про Національну поліцію : Закон України від 2 лип. 2015 р. № 580-VIII. URL: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
2. Бутов С. Є. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ : навч. посіб. / за заг. ред. Я. Ю. Кондратьєва та Є. М. Моїсєєва. – Київ : Нац. акад. внутр. справ України, 2003. – 338 с.
3. Хміляр О. Ф. Психомоторний розвиток особистості офіцера / О. Ф. Хміляр // Матеріали міжнародної науково-практичної конференції 29–30 листопада 2017 року / Національний університет оборони України імені Івана Черняховського; за заг. ред. В. І. Свистун, О. В. Петрачкова. – К. : НУОУ, С. 344–346.
4. Бондаренко В. В. Формування рухових умінь та навичок курсантів вищих навчальних закладів МВС України у процесі занять зі спеціальної фізичної підготовки : дис. ... канд. пед. наук: 13.00.02 / Бондаренко Валентин Володимирович, Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка; Ч., 2012. – 219 с.
5. Пронтенко К. В., Русанівський С. В., Безпалый С. М., Запорожанов О. В., Юр'єв С. О., Штома В. Д., Корнійчук Ю. М. Професійно важливі фізичні якості курсантів – майбутніх фахівців технічних спеціальностей. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені*

М. П. Драгоманова. Серія 15: Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. Київ, Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 11 (119). С. 138–142.

Ключові слова: спеціальна фізична підготовка, працівники поліції, професійна підготовка, правоохоронні органи.

Key words: special physical training, police officers, vocational training, law enforcement agencies.