

2. Круцевич Т. Ю. Рекреація у фізичній культурі різних груп населення: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / Т. Ю. Круцевич, Г. В. Безверхня. – К.: Олімпійська література, 2010. – С. 28-29.
3. Стасюк Р.М. Проблеми та шляхи підвищення ефективності фізичного виховання ВНЗ / Р. М. Стасюк, І. Ф. Востоцька, І. Л. Осипова // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: зб. наук. праць / за ред. С. С. Єрмакова. – Х., 2009. – №3. – С. 146-149.

Євген Валентинович Чередниченко – студент III курсу Сумської філії Харківського національного університету внутрішніх справ.
Науковий керівник: Андрій Вікторович Фісенко – викладач кафедри гуманітарних дисциплін Сумської філії Харківського національного університету внутрішніх справ.

ПРОФЕСІЙНА ПІДГОТОВКА КУРСАНТІВ МВС УКРАЇНИ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ СПЕЦІАЛЬНОЮ ФІЗИЧНОЮ ПІДГОТОВКОЮ

Розвиток Української держави здійснюється у складних політичних, соціально-економічних умовах. Як наслідок, підвищується рівень криміногенної ситуації, який негативно впливає на стан законності в країні. Тому слід використовувати всі заходи щодо підвищення можливості працівників поліції ефективно протистояти правопорушенням. Головним завданням держави є зниження криміногенної ситуації, що є необхідною умовою для забезпечення подальшого успішного розвитку суспільства взагалі.

Фізична підготовка є одним із важливих засобів системи професійної підготовки працівників поліції до оперативно-службової діяльності, відновлення фізичних і моральних сил, прагнення до здорового способу життя, організація дозвілля, відпочинку, збереження здоров'я та формування відповідних морально вольових якостей. Необхідно також зазначити про недостатність належної уваги у практичних підрозділах поліції до оптимального здійснення фізичної підготовки у службовий час, яке повинно забезпечувати готовність працівників поліції до несення служби, пов'язаної з постійним професійним ризиком. Ці суперечності потребують своєчасного перегляду специфіки навчальної діяльності у сфері фізичної підготовки працівників поліції. Водночас систематичне вдосконалення фізичної підготовки засобами фізичного виховання, формування мотивації працівників поліції до занять у системі професійної підготовки [1].

Фізична підготовка як наукова та навчальна дисципліна є компонентом цілісного розвитку особистості. Це складова частина загальної культури й професійної підготовки курсантів, невід’ємна частина освітнього процесу, значущість якого виявляється через гармонізацію духовних і фізичних сил, формування таких цінностей, як здоров’я, фізична розвинутість, досконалість і психічна сталість.

Для ефективного проведення занять з фізичної підготовки слід використовувати такі основні форми організації занять, як: фронтальна, за якою однакове навчальне завдання виконують всі члени навчальної групи; групова – навчальна група розбивається на підгрупи, кожна з яких виконує свої конкретні завдання; індивідуальна – кожен, хто займається, отримує окремі завдання; вільна – використовується для більш підготовленої навчальної групи; кругове тренування – полягає у переході з одного навчального місця на інше [2].

Система фізичної підготовки – це сукупність елементів, що становлять єдиний процес навчання, виховання майбутніх працівників міліції відповідно до вимог, які висуваються до їх фізичної підготовленості. Загальна фізична підготовка курсантів складається з комплексу гімнастичних і легкоатлетичних вправ. Заняття з гімнастики проводяться для розвитку сили, спритності, швидкості, витривалості, координації рухів, орієнтації у просторі, стройової виправки.

Зміст її становлять: загальнорозвиваючі вправи, комплексна силова вправа, гімнастично-силовий комплекс, вправи на гімнастичних снарядах, вправи з гімнастичним інвентарем, вправи на тренажерних снарядах. Під час складання нормативів із загальної фізичної підготовки працівники виконують гімнастичні вправи для визначення силових якостей і здають нормативи з бігу на різні дистанції для визначення швидкісних якостей і фізичної витривалості. Заняття з легкої атлетики проводяться на стадіоні чи спортивному майданчику, на якому є бігова доріжка. Спеціальна фізична підготовка курсантів включає: розвиток фізичних якостей, виховання сміливості, рішучості, ініціативності, упевненості у своїх силах, володіння навичками заходів фізичного впливу, подолання перешкод та виконання спеціальних вправ [3].

Масові фізкультурно-спортивні заходи та секційні заняття з видів спорту для курсантів закладів вищої освіти МВС України проводяться для їх залучення до регулярних занять фізичними вправами, підвищення рівня фізичної підготовленості, спортивної майстерності та організації дозвілля. Фізкультурно-спортивна робота проводиться як у службовий, так й у вільний від служби та навчання час, у вихідні та святкові дні. Для підготовки до змагань організовуються та проводяться навчально-

тренувальні збори. Спортивні змагання проводяться за планами-календарями, положеннями та правилами змагань [2].

Правильне планування навчальних занять, розподіл навчальних годин, який передбачає раціональний розподіл фізичного навантаження протягом усього семестру; високий рівень методичної й практичної підготовленості викладачів, які проводять заняття з особовим складом; наявність необхідної навчально-матеріальної бази з фізичної, вогневої підготовки та спорту надають нового імпульсу їхній змістовній складовій. Отримані результати дають підставу стверджувати про правильність обраного шляху й перспективність подальших досліджень у напрямі інтенсифікації навчального процесу [4].

Отже, процес навчання курсантів свідчить про ефективні методики проведення практичних занять зі спеціальної фізичної підготовки, як-от, індивідуальна робота в системі «викладач – курсант», відпрацювання завдань у парах, мікрогрупах та малих групах. Дані заходи нададуть змогу підвищити якість навчального процесу.

Література

1. Кузенков О. В. Проблеми професійної підготовки курсантів МВС України у процесі занять спеціальною фізичною підготовкою [Електронний ресурс] / О. В. Кузенков // Юридична психологія та педагогіка. – 2013. – № 2. – С. 115-122. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/urpp_2013_2_13
2. Основи фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ: навч. посіб. / [Ануфрієв М. І., Бутов С. Є., Гіда О. Ф., Решко С. Ф.]; заг. ред. Я. Ю. Кондратьєва та Є. М. Моїсєєва. – К.: Нац. акад. внутр. справ України, 2003. – 338 с.
3. Долматов А. И. Специальная физическая подготовка / Долматов А. И. – М.: Динамо, 1989. – 233 с.
4. Волянський В. Планування й організація комплексних занять із вогневої та спеціальної фізичної підготовки на базовому етапі навчання курсантів вищих навчальних закладів МВС України [Електронний ресурс] / В. Волянський, Ю. Корнійчук, В. Штома // Молодіжний науковий вісник Східноєвропейського національного університету імені Лесі Українки. : Фізичне виховання і спорт. – 2013. – Вип. 11. – С. 14-17. – Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Mnv_2013_11_4