

УДК 796.011.1:351.741(477)

О. А. ЧИЧКАН,

кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки
Львівського державного університету внутрішніх справ;

Б. Ю. МУЗИКА,

старший викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки
Львівського державного університету внутрішніх справ;

Т. І. МОРОЗ,

викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки
Львівського державного університету внутрішніх справ

ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ВАЖЛИВИЙ ЕЛЕМЕНТ ЗАГАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ

Розглядається важливість професійно-прикладної фізичної підготовки для правоохоронців, які вже несуть службу у лавах Національної поліції. Надається класифікація засобів, які можна використовувати під час вдосконалення даної підготовки.

Ключові слова: професійно-прикладна фізична підготовка, поліцейський, заняття з фізичної підготовки.

Постановка проблеми. Затримання злочинця характеризується небезпекою, браком часу та інформації для прийняття відповідних рішень, непередбаченістю дій та іншими стресовими факторами. Працівникам поліції, які беруть участь у розшуку і затриманні злочинця, доводиться переносити значні психологічні та фізичні навантаження. Тому, поряд із тактичною, вогневою і психологічною, величезне значення відіграє і фізична підготовка працівників поліції, мета якої – сформувати фізичні якості та закріпити навички, необхідні при затриманні злочинця.

Заняття з фізичної підготовки, які проводяться у підрозділах Національної поліції, не відповідають поставленим вимогам. Адже, заняття з фізичної підготовки проводяться не систематично, формально, а фізичні вправи вибираються випадково. На таких заняттях рідко відпрацьовують прийоми самбо, інших видів боротьби, проте багато часу відводять неприкладним видам фізичних вправ, наприклад, грі у волейбол, футбол та ін.

Метою нашого дослідження стало визначення вимог до фізичних якостей працівників Національної поліції, необхідних для успішної діяльності при затриманні небезпечного злочинця, і розробка на цій основі спеціальних рекомендацій щодо покращення їх професійно-прикладної фізичної підготовки.

Основні результати дослідження. Теорія фізичного виховання стверджує, що вимоги до професійно-прикладної підготовки визначаються характером виконуваних рухових дій і особливо впливом зовнішніх умов праці.

Під характером рухових дій при затриманні небезпечного злочинця слід розуміти функціональний склад цієї діяльності і пов'язані з нею суттєві особливості окремих “технічних” (на відміну від тактичних) прийомів (“робочих операцій”). При описі останніх беруть до уваги типи руху, просторово-часові і силові аспекти дій, особливості координації рухів, показники, які характеризують витривалість та ін.

Аналізуючи з цих позицій дії працівника поліції, пов'язані безпосередньо із захопленням небезпечного злочинця, бачимо, що рухи його верхніх і нижніх кінцівок повинні бути надзвичайно точними і різноманітними.

Просторово-часові фактори з тієї ж причини характеризуються діями, які здійснюють за мінімально короткий проміжок часу та швидкістю реакції на дії злочинця.

Силові рухи передбачають динамічне навантаження на усі групи м'язів рук, ніг та інших частин тіла, а також фізичні зусилля поліцейського під час єдиноборства зі злочинцем, особливо під час рукопашного поєдинку з ним.

Затримання вимагає також скоординованих дій і значної фізичної витривалості, особливо в тих випадках, коли воно пов'язане із засідками, виснажливими розшуковими, рятувальними заходами і здійснюється у несприятливих метеорологічних, природних та інших умовах.

Відповідно, діяльність щодо затримання злочинця ставить високі вимоги до фізичної підготовки працівника поліції, визначає необхідність розвитку в нього професійних якостей, адекватних цим вимогам: сили, витривалості (здатність переносити великі фізичні і психологічні навантаження), кмітливості, координації рухів і просторової орієнтації, швидкісних якостей (швидкості рухомої реакції і окремих рухів), точності рухів. Це об'єктивно зумовлює профілювання процесу фізичної підготовки поліцейського, який повинен відбуватися в основному під час професійно-прикладної підготовки. На відміну від загальної фізичної підготовки ППФП ставить завдання підвищення рівня професійно важливої фізичної і психологічної підготовки, стійкості організму до нестандартних впливів зовнішнього середовища, пов'язаних з умовами професійної діяльності, формуванням професійно-прикладних рухових навиків і вмінь.

Через те, що розроблена класифікація фізичних вправ орієнтована на завдання професійно-прикладної фізичної підготовки спеціалістів різних професійних груп, методично виправданим вважаємо її компонування, що дозволяє спрямовано та вибірково використовувати засоби ППФП у кожному окремому випадку. Такими засобами для правоохоронців, які беруть участь у бойових групах із затримання злочинців, слід вважати:

а) спеціальні, які входять до програми фізичної підготовки у навчальних закладах системи МВС України, комплекс прийомів захисту працівників поліції від нападу злочинців і нейтралізації їх агресивних дій (спеціальні розділи самбо, карате, дзюдо);

б) цілісні, які застосовують у службово-прикладних видах спорту, що домінують в системі МВС України: спортивне самбо, кікбоксінг, бокс, дзюдо, поліатлон, що включає стрільбу з пневматичної зброї, плавання, біг на 100 м та 1000 м. Важливість прикладних видів спорту в даному аспекті визначається тим, що вони дозволяють закріплювати та вдосконалювати навики, необхідні при затриманні небезпечного злочинця;

в) комплекс вправ, що включає елементи зі спортивного і спеціальних розділів самбо, карате, дзюдо, окремих елементів з інших прикладних видів спорту;

г) вправи на спеціальних полігонах, тренажерах і знаряддях.

У всіх випадках при виборі вправ тієї чи іншої групи слід виходити з принципу адекватності їх психофізіологічної дії.

Так, заняття прикладними видами спорту, вправи на тренажерах, знаряддях подвійно важливі у фізичному вихованні поліцейських. Вони дають можливість сформувати професійно важливі фізичні здібності працівника, безпосередньо впливаючи на окремі фізичні якості, і, крім того, сприяють набуттю навиків, які мають прикладне значення (вміння стріляти, водити автомобіль тощо). Що ж стосується вправ, що належать до групи «а» і «в», то, крім формування професійно необхідних і психологічних якостей, вони дозволяють виробити навики рукопашного бою зі злочинцем.

При виборі засобів (вправ), які входять до фізичної підготовки працівника поліції, важливо, щоб вони максимально сприяли реалізації принципу переносу тренувального ефекту від застосування цих вправ на його професійну діяльність. У даному випадку можна застосувати такі відомі з теорії і практики фізичного виховання види переносу ефекту вправ, як односпрямований перенос якостей (наприклад, витривалості), набутих на заняттях з бігу,

лижного спорту та ін., та різнорідний перенос якостей (наприклад, сили та швидкості). Перенос якостей формує здатність застосовувати якості, сформовані в інших умовах. Наприклад, навик подолання перешкод, ходіння по нестійкій опорі та ін., які працівник набуває на заняттях зі службової підготовки, використовують у реальній ситуації при затриманні небезпечного злочинця.

Слід зазначити, що професійно-прикладну фізичну підготовку щодо затримання злочинця здійснюють разом з загальною фізичною підготовкою працівників Національної поліції. Необхідність такого зв'язку виходить із сформованого в науці та практиці фізичного виховання положення, що всебічна фізична підготовка створює позитивні передумови для спеціалізованого розвитку функцій та аналізу. При високому ступені розвитку всіх основних фізичних якостей можна ефективно вирішити завдання щодо вдосконалення фізичних якостей і навиків, котрі мають особливо важливе значення у діяльності поліцейських.

Одним із суттєвих завдань фізичного виховання працівників Національної поліції є правильний вибір засобів загальної фізичної підготовки. Ці засоби доцільно добирати, виходячи із характеру навиків, можливостей переносу тренуваності і завдань формування емоційно-вольової стійкості, необхідних працівникові у конкретному виді діяльності. Заняття з фізичної підготовки повинні бути спрямовані на формування професійних якостей поліцейського.

Висновок. Щоб наблизити фізичну підготовку працівників Національної поліції до профілю їх майбутньої роботи, потрібно проводити практичні заняття в умовах, подібних до реальних. В основі такого методу повинно бути моделювання елементів небезпечності і ризику, напруженості і несподіванки, які виникають в екстремальних умовах.

Заняття з професійно-прикладної фізичної підготовки треба проводити як у звичайних умовах, так і на полігоні.

Список бібліографічних посилань

1. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26.01.2016 № 50. *Офіційний вісник України*. 2016. № 22. Ст. 42.
2. Бутов С. Є., Кисленко Д. П., Решко С. М., Ємчук О. І. Методичні рекомендації для самостійної роботи з навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка». Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2014. 104 с.
3. Пашаєв А. З., Трішин К. О. Проблемні питання рівня фізичної підготовки працівників патрульної поліції // Службова підготовка як система заходів, спрямованих на удосконалення знань, умінь та навичок працівників Національної поліції України : матеріали круглого столу, Одеса, 2 лист. 2018 р. Одеса : ОДУВС, 2018. С. 125–127.
4. Особиста безпека : навч.-практ. посіб / В. О. Криволапчук, І. М. Тодуров, М. Т. Бондарчук та ін. Київ : ВПЦ МВС України, 2006. 169 с.

Надійшла до редколегії 15.04.2019