

УДК 37:351.741:796

М. А. САМБОРСЬКА,

курсант навчально-наукового інституту № 1

Національної академії внутрішніх справ

Науковий керівник:

О. В. Яценко, *викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки*

Національної академії внутрішніх справ

ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ТА ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ МВС УКРАЇНИ НА СУЧАСНОМУ ЕТАПІ РЕФОРМУВАННЯ

Реформування в системі МВС передбачає удосконалення у вищих навчальних закладах комплексу теоретичної і практичної підготовки курсантів, а зокрема підвищення рівня професійності і фізичних якостей. Фізична підготовка є одним з основних елементів, який входить до переліку професійних якостей майбутніх працівників Національної поліції України.

Фізична підготовка курсантів, які навчаються в закладах вищої освіти МВС України, є важливою частиною навчального процесу. Це пов'язано з сьогоденними реаліями, які вимагають від майбутній працівник МВС безпомилково діяти в ситуаціях, коли потрібно обґрунтовано здійснити розрахунок застосування фізичних вмінь. Зазначений вид підготовки спрямований на вдосконалення фізичних та психічних якостей, формування прикладно-допоміжних рухових умінь та навичок стосовно особливостей професійної діяльності, а також на формування специфічної резистентності (стійкості) організму до умов цієї діяльності [1, с. 80]. На основі дослідження фізичної підготовки працівників органів МВС України, А. Луцак довів, що вона є провідним напрямом у навчально-тренувальному процесі та обов'язковою складовою фахової підготовки, обґрунтував потребу в удосконаленні фізичної підготовленості курсантів на основі врахування їхніх індивідуальних особливостей, експериментально довів ефективність методів оцінки академічних занять з урахуванням експрес-оцінки психофізичного стану та розробки нормативів і шкал оцінки фізичної підготовленості курсантів [2, с. 123]. Сьогодні, у період реформування і вдосконалення системи МВС, приймається до уваги і надається важливе значення зарубіжному досвіду Англії, Німеччині, США, Франції щодо методичних рекомендацій та організаційних форм навчання з метою вдосконалення фізичної підготовки працівників МВС України. Фізична підготовка включає ряд заходів, які передбачаються програмою ВНЗ на визначений період навчання і конкретизують цілі і завдання навчальних курсів та позапланову роботи із курсантами таким чином, щоб забезпечити їх належну фізичну підготовку.

Рівень підготовки майбутнього працівника органів МВС України, є однією з головних завдань вищого навчального закладу і повинен бути ретельно продуманий і скоординований, адже фізична підготовка дає основи для запобігання вчиненню суспільно небезпечного діяння. Виховання в курсанта фізичної культури дає змогу в подальшій професійній діяльності, демонструвати перевагу над правопорушником, яка проявляється у високому рівні розвитку фізичних якостей. Фізичний вплив на правопорушника повинен бути обґрунтованим, в процесі здійснення своїх службових обов'язків [3, с. 39]. Високий рівень спеціальної фізичної підготовки як складової частини фахової підготовки гарантує ефективність виконання оперативно-службових завдань, забезпечення особистої безпеки працівника поліції та його оточення. Сьогодні основним засобом фізичної підготовки є практичні заняття, спортивно-масова робота, фізичне тренування і безпосередня самостійна підготовка курсантів. Головним завданням фізичної підготовки є досягнення високої працездатності і розвиток високих фізичних якостей курсанта. Для реалізації завдань необхідно докласти немалих зусиль. Важливим елементом на шляху до реалізації належної

фізичної підготовки у курсантів є настанови викладачів під час занять фізичної підготовки і протягом всього навчального процесу. В першу чергу, виховання високих фізичних якостей залежить від самих курсантів, а саме від прагнення до вдосконалення та отримання високих професійних вмінь. І тому, програма навчальних закладів передбачає виховання у курсантів вмінь у майбутньому виконувати свої службові обов'язки в ситуаціях, коли життя та здоров'ю загрожує небезпека. Також, важливим фактором є виховання у курсантів стійкості у боротьбі з правопорушником. В даній ситуації потрібно наставляти курсанта на самовдосконаленні, що є одним з найважливішим моментом фізичної підготовки. Під час занять спортом розвиваються головні якості якими повинен володіти кожний майбутній правоохоронець, а саме: сила волі, сміливість, самовладання, рішучість, упевненість у своїх силах, витримка, дисципліна, підпорядкування своїх вчинків меті команди і колективу, вольові зусилля, подолання різних труднощів, подолання негативних емоцій, нервово-стресових явищ. Одним з головним питання фізичної підготовки є покращення показників функціонального стану серцево-судинної системи. Так, як серцево-судинна система відіграє одну й з найважливіших функцій організму. Тому, під час фізичної підготовки курсант тренує серцево-судинну систему для подальшої діяльності у практичних підрозділах МВС так, як майбутня правоохоронна діяльність пов'язана з перевтомою, надмірними фізичними навантаження, виснаження нервової системи, емоційними стресами. Необхідною умовою ефективної підготовки курсантів є методичні принципи, яких дотримуються працівники ВНЗ МВС під час проведення занять. До них належать:

- ❖ принцип доступності та індивідуалізації;
- ❖ принцип безперервності та регулярності;
- ❖ принцип поступовості підвищення навантаження;
- ❖ принцип єдності загальної та спеціальної фізичної підготовки.

Спеціальна витривалість, яка формує основу фізичної підготовки курсантів являє собою здатність до ефективного виконання роботи і подолання втоми в умовах навантаження, які зумовлені вимогами конкретної рухової діяльності [4, с. 46]. Тому, аналізуючи вище наведені факти, можна зробити наступний висновок: значення фізичної підготовки курсантів в умовах складної криміногенної ситуації полягає у розвитку і формуванні у курсантів, а в подальшому працівників системи МВС, уміння успішного вирішення завдань забезпечення належного правопорядку і громадської безпеки в державі та ефективно діяти в екстремальних умовах. Фізичне виховання забезпечує розвиток у курсантів досконалого володіння технікою і тактикою застосування заходів фізичного впливу, навичок самозахисту і прийомами рукопашного бою, які в майбутньому стануть професійним обов'язком кожного працівника поліції.

Список бібліографічних посилань

1. Зарічанський О. А. Активні методи навчання у професійно-прикладній фізичній підготовці курсантів. *Педагогіка і психологія професійної освіти*. 2001. № 2. С. 80–90.
2. Заярін Г. О., Матюхін С. О., Несін О. М. Загальна та спеціальна фізична підготовка працівників міліції : підруч. для курсантів ВНЗ МВС України / під ред. Г. О. Заяріна. Донецьк : ДІВС, 2002. 304 с.
3. Зарічанський О. А. Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів ВЗО МВС України: деякі аспекти // Тези доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції «Актуальні проблеми підготовки спеціалістів в галузі фізичної культури і спорту». Івано-Франківськ, 2000. С. 39–40.
4. Піддубний О. Г. Методика розвитку витривалості курсантів на початковому етапі навчання на основі обліку енергетичних особливостей м'язової діяльності. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання та спорту*. 2003. № 4. С. 46–54.

Надійшла до редколегії 06.04.2019