

закінчення гострого періоду хвороби, потрібно використовувати, поряд з традиційною лікувальною гімнастикою (якщо дозволяє стан організму), методи для підтримки загальної фізичної підготовленості та працездатності [2].

Ранній початок застосування фізичних вправ і інших засобів – один з основних факторів скорочення термінів реабілітації спортсменів.

Надзвичайно важливим є різноманітність використовуваних методів і засобів відновлення і комплексне їх застосування.

Отже, на заключному етапі реабілітації, поряд з традиційними засобами ЛФК, використовуються різні групи фізичних вправ, які за своїм обсягом, інтенсивності та специфіці наближаються до тренувальних [3; 5].

Список використаних джерел:

1. Бісмак О.В. Основи фізичної реабілітації: навч. посіб. / О.В. Бісмак, Н.Г. Мельник. – Харків: Вид-во Бровін О.В., 2010. – 120 с.
2. Валеев Н.М. Восстановление работоспособности спортсменов после травм опорно-двигательного аппарата / Н.М. Валеев. – М. : Физ. культура, 2009. – 304 с.
3. Відновлювальні заходи та реабілітація спортсменів [Електронний ресурс]. – Режим доступу: https://stud.com.ua/29534/meditsina/vidnovlyuvalni_zahodi_reabilitatsiya_sportsmeniv
4. Особливості реабілітації спортсменів після травм та захворювань опорно-рухового апарату [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://um.co.ua/7/7-7/7-76593.html>
5. Шевелева Н.И. Профилактика спортивного травматизма / Н.И. Шевелева, Т.А. Макарова, Ж.С. Байшулаков. – Караганда, 2011. – 52 с.

Потопа М.О.

курсант,

Науковий керівник: Копилов В.О.

доцент, завідувачий кафедри,

заслужений тренер України з боксу та кікбоксингу,

Луганський державний університет внутрішніх справ

імені Е.О. Дідоренка

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПРАЦІВНИКІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ ЯК СКЛАДОВА СЛУЖБОВОЇ ПІДГОТОВКИ

Національна поліція України – це центральний орган виконавчої влади, який служить суспільству шляхом забезпечення охорони прав і свобод людини, протидії злочинності, підтримання публічної безпеки і порядку [1]. Як вбачається з наданого визначення, саме на органи внутрішніх справ покладено одне із найважливіших завдань демократичної правової держави – захист прав і законних інтересів громадян, охорона встановленого правопорядку та законності, боротьба зі злочинністю та іншими правопорушеннями. Служба у Національній поліції України є надзвичайно специфічним та відповідальним різновидом трудової діяльності, що визначає і особливе правове становище

службовців цього правоохоронного органу та вимоги до їх трудової правосуб'єктності. Аналіз специфіки службової діяльності підрозділів Національної поліції України дає підстави констатувати, що сучасний працівник повинен володіти не лише знаннями законодавчого блоку, а й розвиненими фізичними якостями та сформованими вміннями і навичками застосування поліцейських заходів примусу. У закладах вищої освіти Міністерства внутрішніх справ (далі – МВС) України формування такого правоохоронця покладено на спеціальну фізичну підготовку, яка є навчальною дисципліною, у практичних підрозділах – на фізичну підготовку, яка є складовою системи службової підготовки поліцейських. Як наслідок, набуває важливості питання фізичної підготовки кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України.

Згідно зі ст. 6 розділу I наказу Міністерства внутрішніх справ України від 26 січня 2016 року № 50 «Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України», фізична підготовка – це комплекс заходів спрямований на формування та вдосконалення рухомих умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей поліцейського з урахуванням особливостей його професійної діяльності [3].

До системи фізичної підготовки належать:

- 1) загальна фізична підготовка;
- 2) тактика самозахисту та особистої безпеки;
- 3) масові фізкультурно-спортивні заходи та секційні заняття з видів спорту.

Навчання з фізичної підготовки передбачає формування та вдосконалення в поліцейських:

- 1) рухових якостей і навичок, необхідних у повсякденній діяльності та в разі виникнення екстремальних ситуацій;
- 2) витривалості, швидкісних і силових рис, які забезпечують можливість переслідування правопорушника та перевагу в силовому протистоянні під час його затримання, зокрема з подоланням природних і штучних перешкод;
- 3) навичок самоконтролю за фізичним станом і станом здоров'я в процесі виконання фізичних вправ;
- 4) практичних навичок застосування прийомів самозахисту, особистої безпеки, фізичного впливу тощо [4, с. 9].

Вимоги до рівня фізичної підготовки кандидата на посаду поліцейського містяться у наказі Міністерства внутрішніх справ України «Про затвердження Положення з організації перевірки рівня фізичної підготовленості кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України» від 9 лютого 2016 р. № 90. Рівень фізичної підготовленості кандидатів визначається шляхом проведення тестування їх основних фізичних якостей і навичок (сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності) та оцінюються за результатами виконання таких контрольних вправ:

- 1) згинання та розгинання рук в упорі лежачи (для жінок);
- 2) комплексна силова вправа (для чоловіків);
- 3) біг на 100 метрів (для жінок та чоловіків);

4) біг на 1000 метрів (для жінок та чоловіків).

Рівень фізичної підготовленості кандидатів на службу до підрозділів поліції особливого призначення незалежно від статі визначається за результатами виконання таких контрольних вправ:

- 1) підтягування на перекладині;
- 2) комплексна силова вправа;
- 3) біг на 100 метрів;
- 4) біг на 3000 метрів [2].

На сучасному етапі реформування поліції України, однією із важливих вимог до майбутніх поліцейських є проведення швидкої та якісної перевірки фізичного рівню. Кандидати мають змогу проявити себе у якості майбутнього правоохоронця, як сильні, фізично загартовані та тактично підготовлені. Осіб з найкращими результатами рекомендовано до зарахування. На сьогоднішній день головною проблемою, яка склалася у ВНЗ МВС України у процесі підготовки майбутніх правоохоронців, є низький рівень фізичної підготовленості молоді, яка вступає до силових структур. Така ситуація зумовлена відсутністю досконалої програми відбору працівників поліції, яка б 100% гарантувала прозорий та якісний підхід кожної особи, за допомогою яких в майбутньому служба поліцейського буде направлена саме на боротьбу зі злочинністю, забезпеченню публічної безпеки та порядку. Перевірка стану здоров'я діючих працівників щорічно під час служби в Національній поліції України є також особливо важливою. Для виконання своїх професійних обов'язків, кожен поліцейський має бути фізично розвиненим та підтягнутим, сильним та фізично загартованим, витримувати тривале фізичне навантаження і обов'язково володіти різними прийомами, необхідних, як для захисту життя та здоров'я громадян, так і безпосередньо поліцейського. Саме тому значне місце в діяльності працівника поліції посідає фізична підготовка. Щоденно стикаючись з різними службовими ситуаціями поліцейському іноді необхідно проявити свої фізичні вміння, знання та навички, використовуючи які він може законно та відповідно до створеної загрози застосувати фізичну силу, наприклад прийоми боротьби чи рукопашного бою тощо. Поліцейський ні в якому разі не повинен порушувати права людини, завдавати безпідставно тілесних ушкоджень, посиляючись на свій емоційний стан, а навпаки контролювати та розуміти, що відбувається та визначити рівень ситуації. Для цього необхідно розраховувати свої сили, знати та точно дотримуватися вимог діючого законодавства, проаналізувати та визначити чи є дані дії актуальними, інакше кажучи законно, необхідно, пропорційно та ефективно застосовувати даний поліцейський захід, що зазначено у ст.29 Закону України «Про Національну поліцію» [6, с. 223].

Актуальність фізичного виховання молоді в Україні не потребує додаткової аргументації, тому вкрай нагальна необхідність систематичного підвищення рівня фізичних здібностей майбутніх правоохоронців. З цього приводу слушною є твердження Р.О. Кушніренко, В.С. Селюкова, Д.В. Константинова, які наголошують на тому, що важливість і необхідність якісного рівня фізичної підготовки поліцейських зумовлені не тільки специфікою їхньої службової

діяльності, а й загальними вимогами до розвитку здорової молоді, тому такий напрям підготовки має на меті не тільки розвиток професійно дієвої особистості, а й здорової та фізично розвиненої молоді.

Серед проблемних моментів, що виникають у сфері фізичної підготовки курсантів, варто виділити неналежну диференціацію навчального матеріалу для курсантів за різними напрямками підготовки, питання систематичності підготовки (регулярність навантаження за спеціальністю «Правоохоронна діяльність» нормативно не визначено, а тому кількість годин може варіюватися, що призводить до зменшення навантаження і нівелювання мети фізичного виховання).

До способів удосконалення такого напрямку, як фізичне виховання, в системі ВНЗ МВС України варто віднести запровадження двох дисциплін із фізичного виховання «Загальної фізичної підготовки», яка передбачає виключно розвиток фізичних здібностей та навичок, та «Спеціальної фізичної підготовки», що має на меті саме професійно орієнтовану підготовку поліцейських [5, с.340].

Список використаних джерел:

1. Про Національну поліцію: Закон України від 02.07.2015 р. № 580-VIII // Відомості Верховної Ради (ВВР), 2015, № 40-41, ст. 379 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19>
2. Про затвердження Положення з організації перевірки рівня фізичної підготовленості кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України: наказ МВС України від 09.02.2016 № 90 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0306-16>
3. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України: наказ МВС України від 26.01.2016 № 50 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0260-16>
4. Дідковський В.А. Фізична підготовка працівників Національної поліції України [Текст]: навч. посіб. / В.А. Дідковський, В.В. Бондаренко, О.В.Кузенков. – Київ : Нац. акад. внутр. справ, ФОП Кандиба Т.П. 2019. – 98 с.
5. Кушніренко Р.О. Фізичне виховання як напрям підготовки поліцейських в Україні / Р.О. Кушніренко, В.С. Селюков, Д.В. Константинов // Порівняльно-аналітичне право. – 2018. – № 4. – С. 338-340.
6. Рижаківа Д.О. Актуальні проблеми фізичної підготовки працівників поліції / Д.О. Рижаківа // Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України: зб. наук. пр. / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. спец. фіз. підготовки ф-ту № 2. – Харків : ХНУВС, 2018. – 246 с.