

УДК 355.233.22 - 611.85

О. А. Моргунов

## УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАВООХОРОНЦІВ МВС УКРАЇНИ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ НАВЧАННЯ

*Розглянуто актуальну проблему фізичної підготовки курсантів МВС України у початковий період навчання. Запропоновано сучасні шляхи вирішення зазначеної проблеми, визначено цілі та завдання. Наведено основні умови, які сприяють поліпшенню фізичної підготовленості як базового чинника готовності до виконання завдань за призначенням.*

**Ключові слова:** ВНЗ МВС України, фізична підготовка, курсанти, початковий період навчання.

**Постановка проблеми.** Нестабільна політична ситуація в Україні, спалах терористичних актів і посилення злочинності потребують від сучасного правоохоронця з перших днів служби в органах внутрішніх справ високої морально-психологічної та фізичної підготовленості до виконання завдань за призначенням.

Керівництво МВС України приділяє достатньо уваги фізичній підготовленості співробітників органів внутрішніх справ та військовослужбовців Національної гвардії України (НГУ).

В основі змісту підвищених вимог до фізичної готовності співробітника органів внутрішніх справ МВС України та військовослужбовців НГУ лежать такі головні чинники:

– фізична підготовленість, що є компонентом загальної бойової готовності до виконання завдань за призначенням на рівні технічної, тактичної, психологічної та інтелектуальної готовності;

– фізична підготовка як потужний засіб виховання психологічної стійкості до стресу, впевненості у власних силах та згуртованості колективів правоохоронців;

– фізична активність правоохоронців МВС України, що є одним із основних та невід'ємних складників здорового способу життя.

Зміст виконання завдань за призначенням правоохоронцями МВС України характеризується блискавичною рішучістю, високою інтенсивністю фізичних та психічних напружень учасників силових операцій різної спрямованості.

Сучасна військова наука розглядає людину та військову техніку у їх діалектичній взаємообумовленості, виділяючи водночас провідну роль людини у збройній боротьбі. Це положення також є актуальним і для правоохоронців МВС України, особливо під

час проведення антитерористичної операції у східних регіонах України.

Якої б якості не були тактико-технічні дані озброєння бойової та спеціальної техніки, успішне виконання завдань за призначенням на цей час можливе за наявності всебічно професійно підготовлених правоохоронців.

Таким чином, проблема пошуку сучасної методики вдосконалювання фізичної підготовки курсантів ВНЗ освіти МВС України на початковому етапі навчання є актуальним науковим напрямом досліджень.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблемами вдосконалювання фізичної підготовки правоохоронців МВС України та військовослужбовців ЗС України займалися: Ю. М. Антошків (2006 р.) [1]; Ю. М. Батайло (2008 р.) [4]; О. В. Журавель (2008 р.) [9]; І. І. Баїшев (2009 р.) [2]; В. В. Домніцак (2012 р.) [7]; Ф. М. Євтушов (2012 р.) [8] та ін.

Заслужують на увагу також наукові праці у галузі військової сфери: В. І. Баландіна (1991 р.) [3]; Ю. А. Бородіна, А. Б. Добровольського та ін. (2002 р.) [5]; А. А. Ніколаєва (2005 р.) [10] та інших авторів.

Слід звернути увагу на наукові праці у галузі фізичної підготовки спортсменів на початковому етапі навчання таких авторів: А. Ц. Пуні (1984 р.) [11]; І. П. Волкова (1984 р.) [6]; В. С. Степанова (2000 р.) [12]. Їх напрацювання позитивно впливатимуть на процес прискореної адаптації до умов служби у ВНЗ освіти МВС України під час перших кроків служби.

**Мета статті** – пошук шляхів та методів удосконалювання фізичної підготовки правоохоронців МВС України на початковому етапі навчання (на прикладі курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ та Академії внутрішніх військ МВС України).

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Готовність правоохоронців МВС України до виконання завдань за призначенням може бути забезпечена лише у разі їх достатньої професійної підготовленості. Жоден із її елементів навіть за максимального ступеня його розвитку не здатний у сучасних умовах компенсувати низький рівень інших складників професійної підготовленості.

У зв'язку із цим неможливо перебільшити чи зменшити значення будь-якого із них, у тому числі й показників фізичної підготовленості правоохоронців МВС України.

Різноманітність оперативної обстановки, висока маневреність (НГУ), необхідність виконувати завдання у різних кліматичних умовах, у будь-який час доби визначають нові вимоги до рівня фізичного розвитку правоохоронців МВС України. Сьогодні визначає актуальність нових форм та способів виконання завдань за призначенням, особливо під час миротворчих операцій, антитерористичних заходів, локальних воєнних конфліктів. Тому наразі назріла потреба визначити ті актуальні проблеми і питання, без дослідження яких неможливе подальше розроблення засобів і методів фізичної підготовки правоохоронців МВС України.

Для вирішення поставлених перед нами завдань перш за все необхідно дослідити загальні для всіх підрозділів МВС України проблеми, а саме: 1) зміни вимог до фізичної підготовленості працівників МВС України та військовослужбовців НГУ; 2) підвищення рівня фізичної підготовленості, поліпшення стану здоров'я та фізичного розвитку кандидатів на навчання у ВНЗ освіти МВС України; 3) удосконалення ефективності діючої системи фізичної підготовки правоохоронців МВС України у підрозділах.

Своєю чергою, перша проблема деякими авторами [1; 5] уже частково вивчалася, але існуючі наукові дані на сьогодні застаріли, особливо у розрізі професіограми правоохоронця до виконання завдань за призначенням під час антитерористичної операції (АТО) у східному регіоні України.

Проблема професійного відбору до ВНЗ освіти МВС України в широкому плані на цей час ще практично не вивчалася, і методика її дослідження потребує коригування з урахуванням вимог сьогодення.

Без усебічного обґрунтування вказаних проблем на сучасному етапі реформування

правоохоронної структури МВС України подальше вдосконалювання системи фізичної підготовки правоохоронців зазначеної категорії практично неможливе.

Одним із наукових напрямів вирішення перелічених вище проблем є підвищення ефективності фізичної підготовки правоохоронців у початковий період навчання.

У деяких наукових дослідженнях обґрунтовано, що фізична підготовленість курсантів першого року навчання є вагомим чинником для прискореної адаптації до умов служби та професійного становлення [3]. Разом із тим рівень фізичної підготовленості молодого поповнення не повною мірою відповідає сучасним вимогам, які висувуються до правоохоронців МВС України, що суттєво ускладнює якісне засвоєння іншого матеріалу, який викладається під час первинної підготовки.

З метою вирішення зазначеної проблеми необхідно:

1) провести поглиблене дослідження фізичної підготовленості та фізичного розвитку курсантів;

2) організувати спостереження за якістю засвоєння курсантами-першокурсниками програми з фізичної підготовки для першого року навчання, визначити при цьому мінімальний рівень фізичної підготовленості, що забезпечує успішне її засвоєння;

3) дослідити взаємозв'язок показників вихідного рівня фізичної підготовленості із результатами їх військово-професійного навчання;

4) розробити практичні рекомендації щодо використання фізичних вправ під час професійного відбору;

5) розробити вимоги до рівня фізичної підготовленості курсантів різних спеціальностей.

Скорочення термінів курсу “молодого бійця”, високий темп у первинному періоді навчання гостро поставив проблему скорочення термінів адаптації молодого поповнення до умов навчання у ВНЗ освіти МВС України. Відповідно до спостережень фізіологів та медичних працівників зміна ваги курсантів-першокурсників, деяких показників їх ендокринної системи, основного обміну свідчить про те, що період адаптації для них триває впродовж 5-6 місяців.

Скорочення термінів адаптаційного періоду позитивно відображується на рівні виконання

завдань за призначенням, а для підрозділів НГУ – на рівні бойової готовності.

Один із основних засобів скорочення термінів адаптації – цілеспрямована організація фізичної підготовки. Відомо, що на перебіг адаптаційних процесів впливає рівень фізичної підготовленості курсантів першого року навчання.

Проведені нами дослідження показали, що рівень фізичної підготовленості курсантів-новачків на цей час не повною мірою відповідає сучасним вимогам.

Фізична підготовленість у понад 40 % абітурієнтів оцінюється незадовільно. Цей показник продовжує погіршуватися, особливо у східних регіонах нашої держави, що суттєво ускладнює якісне виконання програми з фізичної підготовки, а у подальшому – і спеціальної фізичної підготовки. Слід зауважити, що спостерігається тісний взаємозв'язок із іншими дисциплінами. Зокрема, чим вищий рівень фізичної підготовленості, тим вищим є рівень успішності й із інших дисциплін, і навпаки.

Крім цього було помічено, що молоде поповнення частіше хворіє, ніж курсанти старших років навчання. Причиною цього є складності, пов'язані із фізичною невідповідністю курсантів-новачків та їх особистим ставленням до фізичної культури, навчання у ВНЗ освіти МВС України, наявністю шкідливих звичок, що показують результати медичних обстежень, а також дані їх анкетування. Наші спостереження свідчать про більш благополучний перебіг процесу адаптації до навчання у ВНЗ освіти МВС України у фізично розвинутих та тренуваних людей.

Розглядаючи адаптацію як активне і творче пристосування курсантів до вимог майбутньої професії, ми виявили чотири групи адаптації:

*група 1* – складності, пов'язані з необхідністю швидко приймати норми військового колективу (колективу правоохоронців), подолання стрімкого підвищення інтенсивності всіх видів занять;

*група 2* – складності, які пов'язані із втратою шкільного колективу, батьківської опіки;

*група 3* – складності саморегулювання поведінки та діяльності, які пов'язані зі зміною зовнішнього керівництва, ізоляцією від шкільних друзів;

*група 4* – складності, які пов'язані з організацією самостійної роботи, підпорядкованістю чіткому ритму розкладу дня.

З усього розмаїття чинників та складностей, із якими курсанту доводиться стикатися у початковий період навчання, особливо важливими є питання адаптації організму курсантів до рівня психофізіологічних навантажень, визначених інтенсивністю початкового періоду навчання.

Сьогодні цьому питанню приділяється значна увага, використовується низка педагогічних, психологічних та інших впливів, але найбільш доцільним є рішення щодо активного впливу на адаптацію звичайними, більш доступними засобами, а саме фізичними вправами.

Вважаємо, що попередній професійний відбір для різних напрямів навчання, який проведений на базі оцінки фізичної підготовленості кандидатів на навчання у ВНЗ освіти МВС України, дозволить скоротити адаптаційний період у молодого поповнення до 2-3 місяців. А в осіб із достатньою фізичною підготовленістю взагалі може не спостерігатися зниження показників функціонального стану організму, що дасть змогу швидше сформувати у них механізми готовності до виконання навчально-бойових завдань.

## **Висновки**

Із викладеного вище можна зробити практичний висновок про те, що з метою підвищення рівня виконання завдань за призначенням, успішності навчання з дисциплін, які вивчаються, необхідно проводити професійний відбір особових справ кандидатів на навчання у ВНЗ освіти МВС України за відповідними критеріями фізичної підготовленості майбутньої професії.

Фізична підготовка як основний предмет професійної, а для Національної гвардії України – бойової підготовки має такі чітко визначені обмеження, які не дозволяють значно змінити стан фізичної підготовленості за деякими об'єктивними показниками, а саме:

– неможливість вважати, що навіть добре організований процес фізичної підготовки на початковому етапі дасть змогу суттєво змінити стан фізичної підготовленості до необхідного рівня;

– фізична підготовка є головним предметом професійної підготовки правоохоронців різних категорій, але не єдиним;

– з позиції гнучкого забезпечення функцій людини неможливо займатися ударно лише фізичною підготовкою, адже надто

ненормоване фізичне тренування розвиває мотивацію уникати заняття з фізичної підготовки (що знижує забезпечення на функціональному рівні інших видів професійної підготовки);

– наявність та стан навчально-матеріальної бази з фізичної підготовки;

– фінансування;

– методична підготовленість керівників заняття з фізичної підготовки.

У результаті наших досліджень запропоновано основні шляхи та методи удосконалювання фізичної підготовки правоохоронців МВС України на початковому етапі навчання.

Перспективи подальших розробок у зазначеному напрямі передбачають дослідження такого явища, як перенесення навичок, що, своєю чергою, дозволить суттєво підвищити рівень виконання завдань за призначенням.

#### **Список використаних джерел**

1. Антошків, Ю. М. Вдосконалення професійно-прикладної підготовки курсантів ВНЗ МНС України [Текст] : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту / Ю. М. Антошків. – Львів, 2006. – 18 с.

2. Баишев, И. И. Педагогическое сопровождение физической подготовки будущих сотрудников правоохранительных органов [Текст] / И. И. Баишев // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 2. – С. 54–56.

3. Баландин, В. И. Физиология физической подготовки и военного труда [Текст] / В. И. Баландин, В. Н. Голубев. – Л. : ВИФК, 1991. – 269 с.

4. Батайло, Ю. М. Роль физического воспитания в профессиональной подготовке курсантов учебных заведений Министерства внутренних дел (МВД) Украины [Текст] / Ю. М. Батайло // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. проф. Єрмакова С. С. – Х. : ХДАДМ (ХХПІ), 2008. – № 6. – С. 78–80.

5. Проблемы развития физической подготовки Вооруженных сил Украины. Физическое воспитание студентов творческих специальностей [Текст] / Ю. А. Бородин, В. Б. Добровольский, А. Н. Мальцев, А. А. Мальцев : сб. науч. тр. / под ред. С. С. Єрмакова. – Х. : ХГАДИ (ХХПІ), 2002. – № 2. – С. 91–99.

6. Волков, И. П. К проблеме психофизиологических резервов спортсмена [Текст] / И. П. Волков, Е. Н. Сурков // Пути мобилизации функциональных резервов спортсмена : сб. науч. тр. / ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта. – Л., 1984. – С. 106–115.

7. Домніцак, В. В. Удосконалення спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МВС України як компонента професійної готовності майбутніх офіцерів міліції [Текст] / В. В. Домніцак // Право і безпека. – 2012. – № 1 (43). – С. 222–226.

8. Євтушов, Ф. М. Вдосконалення процесу формування професійно-прикладних рухових навичок курсантів 1 курсу вищих навчальних закладів МВС України [Текст] / Ф. М. Євтушов // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка / [гол. ред. М. О. Носко]. – Чернігів : ЧДПУ, 2012. – № 102. – Т. 2 – С. 112–114.

9. Журавель, О. В. Особливості формування педагогічних умов організації роботи з курсантами, що не встигають зі спеціальної фізичної підготовки [Текст] / О. В. Журавель, І. П. Закорко, І. М. Олексенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : зб. наук. пр. / за ред. проф. Єрмакова С. С. – Х. : ХДАДМ (ХХПІ), 2008. – № 5. – С. 44–48.

10. Николаев, А. А. “Русский бой”, как фактор повышения эффективности спортивной работы и профессиональной подготовки в вузах силовых структур [Текст] : автореф. дис. ... канд. пед. наук / А. А. Николаев ; ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2005. – 22 с.

11. Пуни, А. Ц. Регулятивный аспект проблемы психических резервов спортсмена [Текст] / А. Ц. Пуни, П. М. Касьяник // Пути мобилизации функциональных резервов спортсмена : сб. науч. тр. / ГДОИФК им. П. Ф. Лесгафта. – Л., 1984. – С. 115–122.

12. Степанов, В. С. Средства и методы сглаживания асимметрии физического развития [Текст] / В. С. Степанов // Современные проблемы атлетизма: спортивные и рекреационные аспекты : сб. науч. тр. / ГАФК им. П. Ф. Лесгафта. – СПб., 2000. – С. 43–46.

*Стаття надійшла до редакції 21.05.2014 р.*

**Рецензент** – кандидат військових наук, В. В. Антонєць, Академія внутрішніх військ МВС України, Харків, Україна