

Отже, результати дослідження дозволили виявити взаємопов'язаний комплекс методів, застосування яких призведе до оптимізації процесу навчання ФП у закладах вищої системи МВС та надасть якісно нову систему методик для оптимізації навчального процесу фізичної підготовки та допоможе адаптуватися до сучасних вимог оптимальної системи підбору кадрів МВС.

Список використаних джерел:

1. Клопов Р. В. Системний підхід як методологія дослідження професійної підготовки майбутніх фахівців фізичного виховання і спорту. *Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школі*. Запоріжжя: КПУ, 2009. Вип. 4. С. 138-145.
2. Круцевич Т. Ю. Теорія і методика фізичного виховання. Київ: Олімпійська література, 2008. Т. 2. 367 с.
3. Чоботько М. А., Чоботько І. І. Основні напрямки фізичної підготовки курсантів. *Перспективи, проблеми та наявні здобутки розвитку фізичної культури і спорту в Україні: IV Всеукр. інтернет-конф.* (м. Вінниця, 29 січня 2021 р.). С. 413-416.
4. Чоботько І. І. Боротьба дзюдо, як засіб для розвитку фізичної витривалості студентів з правоохоронної діяльності. *Актуальні проблеми фізичної культури і спорту в сучасному суспільстві: зб. наук. праць II Всеукр. наук.-практ. конф. з міжнар. участю* (м. Житомир, 29 жовтня 2020 р.). С. 35-37.
5. Чоботько М. А., Чоботько І. І. Підвищення рівня фізичної і психологічної підготовки співробітників ОВС. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту збройних сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху Євроатлантичної інтеграції України: матер. IV Міжнар. наук.-практ. конф.* (м. Київ, 19 листопада 2020 р.). С. 340-342.

Чоботько І. І.,
*старший викладач кафедри фізичного виховання
та тактико-спеціальної підготовки
Дніпропетровського державного університету
внутрішніх справ (м. Дніпро)*

УДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ

Chobotko I. I. *Improving the level of physical fitness of law enforcement officers*
Keywords: *Improving, Level of physical fitness, law enforcement*

В умовах нестабільної соціально-політичної ситуації в Україні досить актуальним і важливим є питання підготовленості працівників поліції до ефективного виконання службових обов'язків. Дослідження цього питання сприятиме підвищенню рівня протидії злочинності, забезпечення публічної безпеки та правопорядку в нашій державі. Служба в підрозділах Національної поліції України, яка здійснюється в умовах підвищеної небезпеки, потребує високого рівня правової, психологічної, моральної, тактико-спеціальної,

вогневої та фізичної підготовки від поліцейських. Одним з основних елементів підготовки майбутніх офіцерів поліції є забезпечення розвитку фізичних можливостей та навчання їх доцільного використання у професійній діяльності. На сьогодні фізична підготовка та спеціальна фізична підготовка курсантів у ЗВО МВС України є обов'язковою частиною підготовки майбутніх офіцерів поліції, проте, як свідчать результати нашого спостереження, вона потребує суттєвого удосконалення та покращення.

Як свідчить сучасна практика та статистична звітність правоохоронних органів, що під час виконання своїх повноважень представники Національної поліції України доволі часто застосовують фізичний вплив, фізичну силу, прийоми боротьби та рукопашного бою при затриманні правопорушників або припиненні протиправних дій правопорушників. Фахівці в своїх роботах ґрунтовно висвітлюють правові, теоретичні та проблемні питання фізичної підготовки курсантів у закладах вищої освіти МВС України [1-5].

Одним із пріоритетних напрямків підготовки майбутніх офіцерів поліції до виконання професійної діяльності є фізична підготовка. Фізична підготовка – це комплекс заходів, спрямований на формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей з урахуванням особливостей його професійної діяльності. Для ефективного та своєчасного використання курсантами фізичного впливу, фізичної сили, прийомів боротьби та рукопашного бою у оперативно-службовій діяльності та під час їх навчання у ЗВО МВС України викладаються дисципліни профільного спрямування, які вивчаються протягом усього періоду навчання [6]. Крім того на базі кожного ЗВО МВС України для курсантів проводиться секційна спортивна робота, якою вони займаються у вільний від навчання та служби час з правом вибору виду спорту за бажанням. У зв'язку із особливою специфікою діяльності підрозділів Національної поліції України та високою небезпекою роботи поліцейського, для вдалої підготовки курсантів ЗВО МВС України формується навчально-методична та матеріально-технічна база, у відповідності до якої проводяться заняття із фізичної та спеціальної фізичної підготовки у ЗВО МВС України [8].

Викладачі обирають найбільш ефективні засоби і методи навчання, що необхідні для закріплення та удосконалення фізичних навичок у курсантів ЗВО МВС України. Разом із тим, велика кількість навчального матеріалу залишається не засвоєною, через низку причин:

- низький початковий рівень фізичної підготовки курсантів (так званий «доступний» рівень). Фізична підготовленість понад 40 % абітурієнтів оцінюється незадовільно і спостерігається продовження погіршення цього показника;
- недостатня кількість навчальних годин, які виділяються на вивчення навчальних дисциплін «Фізичне виховання» та «Спеціальна фізична підготовка»;
- вузька спеціалізація навчальної програми та навчального матеріалу (тематичний план не охоплює усіх проблемних питань з використання фізичного впливу, фізичної сили, прийомів боротьби та рукопашного бою при затриманні правопорушників або припиненні протиправних дій правопорушників);

– проблемні питання індивідуального характеру курсантів (слабка воля, відсутня мотивація покращення своїх фізичних можливостей або низький рівень розвитку фізичних якостей: витривалості, гнучкості тощо) [2].

Тренування з різних видів спорту та участь у спортивних змаганнях обумовлюють створення необхідних умов для всебічного розвитку курсантів, підвищення моральної, психологічної та фізичної підготовленості, повного сприйняття навчального матеріалу, формування особистості майбутнього курсанта та сприяють повній реалізації здібностей і таланту. Одне і теж навчальне питання може бути доступним для одного курсанта та незрозумілим і непосильним для іншого, тому існує необхідність проведення більш індивідуалізованих та спеціалізованих додаткових занять для підвищення рівня знань з навчальної дисципліни та покращення загальної фізичної підготовки курсантів.

Заняття курсантів у секції спортивних єдиноборств дає змогу:

- закріпити навички та вміння, отримані на заняттях з фізичної підготовки та спеціальної фізичної підготовки;
- більш детально розібрати та відпрацювати конкретні прийоми;
- удосконалити техніку дій при використанні заходів примусу та фізичної сили;
- підібрати індивідуальну методику виконання прийомів;
- підвищити загальний рівень фізичної підготовленості до дій в екстремальних умовах;
- покращити спортивні навички та вміння;
- підготувати курсантів до спортивних змагань.

Аналіз теоретичних дослідження свідчить про необхідність впровадження у ЗВО інноваційних форм, методів та підходів щодо підвищення рівня загальної та спеціальної фізичної підготовленості курсантів та якісного опанування навчального матеріалу [7].

Вважаємо, що фізична підготовленість майбутнього офіцера поліції виступає базовою якістю, що проявляється у високому рівні професіоналізму, здібності до виконання оперативно-службових завдань і обов'язків по здійсненню протидії злочинності, забезпечення публічної безпеки та правопорядку в нашій державі.

Список використаних джерел:

1. Гуска М. Б. Підвищення спеціальної працездатності та функціонального стану курсантів у процесі річної підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. виховання та спорту: 24.00.01. Харків, 2011. 20 с.
2. Домніцак В. В. Розвиток фізичних якостей: сили, витривалості, швидкості у студентів ВНЗ на тренувальних заняттях з рукопашного бою. *Актуальні проблеми професійної підготовки в службово-бойовій діяльності ОВС*: матер. круглого столу (м. Одеса, 31 жовтня 2014 р.). Одеса: ОДУВС, 2014. С. 32-36.

3. Домніцак В. В. Секційна робота «I streetworkout» як сучасні елементи позааудиторної роботи з фізичного виховання в системі професійної підготовки курсантської молоді. *Педагогічний альманах*. 2014. Вип. 23. С. 16-23.
4. Мартишко А. Ю., Рябуха О. С. Особливості формування теоретичних і методичних знань із фізичної підготовки поліцейських. *Юридична психологія*. 2016. № 2 (9). С. 91-98.
5. Скрипченко І. Т., Маркечко К. А., Осняч М. С. Мотиваційні пріоритети до занять фізичною культурою правоохоронців у ЗВО в умовах дистанційного навчання. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України*: тези V Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 25 листопада 2021 р.) Київ: НУОУ, 2021. С. 132-135.
6. Скрипченко І. Т., Маркечко К. А., Скрипченко О. Т. З досвіду використання інтерактивних методів навчання у ЗВО МВД при викладанні дисциплін професійного спрямування. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України*: тези IV Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 19 листопада 2020 р.) Київ: НУОУ, 2020. С. 114-115.
7. Скрипченко І. Т., Рожеченко В. М., Скрипченко О. Т. Інноваційний підхід в підготовці майбутніх правоохоронців зі спеціальної фізичної підготовки. *Сучасні тенденції та перспективи розвитку фізичної підготовки та спорту Збройних Сил України, правоохоронних органів, рятувальних та інших спеціальних служб на шляху євроатлантичної інтеграції України*: тези IV Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 19 листопада 2020 р.) Київ: НУОУ, 2020. С. 116-117.
8. Скрипченко О., Скрипченко І. Профілактика травматизму на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки правоохоронців. *Правові аспекти застосування прийомів рукопашного бою при силовому затриманні та проблемні питання надання домедичної допомоги*: зб. матер. круглого столу. Дніпро: ДДУВС, 2021. С. 21-24.

Шеревеня А. Д.,
*викладач-методист циклової комісії
суспільних дисциплін та фізичного виховання
Черкаського державного бізнес-коледжу (м. Черкаси)*

ФІЗИЧНА КУЛЬТУРА ЯК ФАКТОР ФОРМУВАННЯ ЗДОРОВОГО СПОСОБУ ЖИТТЯ ОСОБИСТОСТІ

Sherevenya A. D. Physical culture as a factor in the formation of a healthy lifestyle of an individual

Keywords: *Physical education, personality, healthy lifestyle*

Останнім часом в Україні зростає кількість здобувачів освіти, які із-за обставин, що склалися в країні не займаються фізичною культурою, не формують фактор здорового способу життя. Тому фізична культура стає дійсно важливим засобом зміцнення здоров'я та формування особистості [1]. Фізична культура є важливою складовою виховного процесу. Саме тому характеризується всіма загальними ознаками, які являються основою навчального, педагогічного процесу.