

УДК 613.73
DOI: 10.31733/15-03-2024/2/600-601

Руслан МУКОДА

доцент кафедри тактико-спеціальної та спеціальної фізичної підготовки, кандидат юридичних наук, доцент

Анатолій АНОСЕНКОВ

доцент кафедри тактико-спеціальної та спеціальної фізичної підготовки Одеського державного університету внутрішніх справ, кандидат юридичних наук, доцент

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ЗАСІБ ГОТОВНОСТІ ДО ВИКОНАННЯ ПРОФЕСІЙНИХ ЗАВДАНЬ

Питання фізичної підготовки курсантів слід розглядати крізь призму майбутніх специфічних завдань, які будуть виконуватися ними в ході несення служби. Відповідно до цього, слід розділити підготовку курсантів на загальний фізичний стан та на тактико-спеціальну підготовку.

Для ефективного підвищення культури ведення здорового способу життя курсантами поза межами навчального процесу, до питання слід підійти з аксіологічної точки зору, а саме: визначити місце, яке відведено підтриманню здорової життєдіяльності в сукупності ціннісних орієнтирів сучасної молоді. Крім цього, слід визначитися із поняттям здорового способу життя, ідея ведення якого в подальшому буде культивуватися серед курсантів.

Сучасна вітчизняна наукова література закріплює думку щодо визначення поняття здоров'я, яка зазначає, що здоров'я є взаємодію соціальних та біологічних чинників, а саме вплив навколишнього середовища, що опосередковується регулятивними системами організму та його специфічними функціями[3]. Відповідно до цього, категорія «здоровий спосіб життя», яка характеризується буттям людини може бути визначена як спосіб життєдіяльності, за якого особою підтримується оптимальний стан свого здоров'я. На даний момент українська система освіти не приділяє достатньої уваги зазначеному питанню, зводячи концепцію підтримання здорової життєдіяльності лише до виконання певних вправ під час занять в освітніх закладах. Наразі наявна невідповідність між вимогами сьогодення щодо наявності у курсантів компетенцій, навичок із підтримання здорової життєдіяльності й рівнем розробленості програм та методів формування у курсантів знань, практичних вмінь щодо підтримки здорового способу життя та мотиваційної складової використовувати зазначені знання та навички.

Виходячи із зазначеного, вбачається доцільним впровадження в освітню систему програм, присвячених індивідуальному здоров'ю людини, культурі ведення здорового способу життєдіяльності. Крім цього, в рамках підходу, коли підтримання належної фізичної форми та ведення здорового способу життєдіяльності повинно стати частиною повсякденного життя курсантів велику роль, крім освітньої бази, відіграє мотиваційний аспект, який є чинником практичного застосування знань, отриманих в закладі освіти. З огляду на це, постає необхідність впровадження у навчальні програми, крім теоретичного аспекту, який буде закладати основні знання щодо компетенцій в області ведення здорового способу життя ще й практичний, який буде закріплювати ідею використання теоретичних знань із підтримання задовільної фізичної форми серед цінностей курсантів[4].

У контексті спонукання курсантів до самостійного підтримання належної фізичної форми та ведення здорового способу життя вбачається доцільним системний підхід в рамках якого, до освітніх програм слід включити: по-перше, перед виконанням практичних вправ, що створюють навантаження на відповідні групи м'язів, стисле викладення курсантам теоретичного матеріалу щодо поточного тренування. Це дасть можливість виробити у курсантів усвідомлений підхід до вправ, які виконуються, що в свою чергу покращить результати вправ та зменшить ризики травматизму. По-друге, доцільним є регулярне проведення спортивних командних ігор серед курсантів та організація змагань

між групами та всередині груп курсантів. Під час участі в подібних заходах особи мають змогу об'єктивно порівнювати свої фізичні дані з іншими учасниками, відстежувати прогрес своєї фізичної підготовки, а головне: виробити логічний зв'язок між дією (виконання фізичних вправ, дотримання здорового харчування, відмова від шкідливих звичок тощо) та наслідком – покращення персональних спортивних результатів, покращення свого положення серед учасників своєї команди тощо. На цьому етапі можна вести мову про появу мотивації щодо додаткових занять спортом та дотримання здорового способу життя поза межами навчального процесу. З огляду на це, доцільно вжити певних заходів щодо забезпечення курсантів вищого навчального закладу засобами та знаряддями для підтримання певного рівня фізичної активності, а саме: оснастити студентський гуртожиток спортивними тренажерами та надати вільний доступ до них, визначити зони для встановлення інвентарю для спортивних ігор, визначити розклад спортивних змагань, які можуть проводитися у вільний від навчання час за ініціативою курсантів.

Другою складовою комплексної підготовки майбутніх працівників правоохоронних органів є тактико-спеціальна підготовка.

Оскільки майбутня професійна діяльність курсантів буде часто пов'язана із ризиком та нестандартними ситуаціями, вбачається необхідною здатність адекватно оцінити обстановку, що склалася та оперативно на неї відреагувати. Зазначені ситуації переважно характеризуються: а) наявністю обставин, які загрожують життю та здоров'ю працівника правоохоронного органу, оточуючим особам; б) наявністю часових обмежень щодо оцінки обстановки, прийняття рішення та його виконання; в) наявністю персональної відповідальності за свої дії. З огляду на зазначене, очевидним є необхідність наявності у співробітників правоохоронних органів, крім задовільного рівня загальної фізичної підготовки ще й спеціальних компетенцій щодо поведінки себе в нестандартних ситуаціях. Тактико-спеціальна підготовка або підготовленість курсантів до дій в нестандартних ситуаціях може бути визначена як здатність ефективно діяти в умовах стресу та небезпеки, дотримуючись умов правомірності, орієнтуючись на певні існуючі алгоритми вирішення тактичних завдань в певній типовій оперативній обстановці[5]. Від рівня тактико-спеціальної підготовки залежить швидкість та ефективність виконання завдання або досягнення певної мети.

Отже, фізична підготовка курсантів є комплексним явищем, яке включає в себе поточний фізичний стан та тактико-спеціальну підготовку, що вимагає системного підходу до розробки освітніх програм в цій сфері. Це в свою чергу, в майбутньому дасть змогу сформувати кадри правоохоронних органів, які будуть здатні динамічно реагувати на зміну суспільних відносин та ефективно протистояти викликам, які будуть поставати під час їх професійної діяльності.

1. 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. URL : <http://zakon.rada.gov.ua/go/z0260-16> (дата звернення: 21.02.2024).

2. Про Національну поліцію: закон України від 02.07.2015 № 580-VIII // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL : <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19> (дата звернення: 21.02.2024).

3. Сущенко Л. П. Соціальні технології культивування здорового способу життя людини / Запоріж. держ. ун-т. Запоріжжя, 1999. 308 с.

4. Сивохоп Я.М. Основні підходи щодо формування навичок здорового способу життя учнівської молоді / Я.М. Сивохоп // Науковий вісник Ужгородського національного університету: Серія «Педагогіка. Соціальна робота». № 18. 2010 р. С. 94–98.

5. Шевченко Т.В. Екстремальні умови під час виконання повноважень поліцейськими та їх вплив на гарантування особистої безпеки поліцейського. Право і суспільство. 2017. С. 135-139.