

Враховуючи сучасні умови професійної діяльності поліцейського, запровадження в освітній процес інноваційних форм і методів навчання, посилення його практичної спрямованості, основна увага при проведенні занять у системі першопочаткової підготовки акцентується на відпрацюванні курсантами здобутих теоретичних знань, зокрема й щодо надання домедичної допомоги.

1. Вайда Т. С. Тактична медицина як сучасний компонент навчальної дисципліни «Долікарська допомога» у системі професійної підготовки працівників Національної поліції України. – 2016. С.98-101.

2. Валєєв Р. Г., Токар І. Ю. Актуальність підготовки майбутніх поліцейських до використання методів тактичної медицини та медицини екстрених ситуацій //Редакційна колегія. – 2017. – С. 90.

3. Миронюк С. А. Надання домедичної та медичної допомоги громадянам як форма реалізації соціальної та сервісної функції поліції. Міжнародна та національна безпека: теоретичні і прикладні аспекти Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції (ДДУВС, 15.03.2019) – 2019.

4. Ташматов В. А. Надання домедичної допомоги поліцією України. Протидія злочинності: проблеми практики та науково-методичне забезпечення– 2017. С. 48-50

5. Христов О., Денисенко Є. Окремі аспекти визначення обов'язків поліцейського щодо надання невідкладної, зокрема домедичної й медичної, допомоги //Підприємництво, господарство і право. – 2017. – №. 6. – С. 140-143.

**Олена КОШЕЛЕВА**

кандидат наук

з фізичного виховання та спорту,

старший викладач

Придніпровської державної  
академії фізичної культури і спорту

**Каріна МАРКЕЧКО**

викладач кафедри фізичного виховання

Дніпропетровського державного

університету внутрішніх справ

## **ТЕОРЕТИКО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ УДОСКОНАЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ, ЯКІ НАВЧАЮТЬСЯ ЗА СПЕЦІАЛЬНІСТЮ «ПРАВООХОРОННА ДІЯЛЬНІСТЬ»**

Специфіка сучасної правоохоронної діяльності вимагає від майбутніх фахівців не тільки ґрунтовних юридичних знань, а й високого рівня фізичної підготовленості. Саме це є одним із визначальних факторів, від яких залежить ефективність виконання ними професійних функцій [1,3]. Аналіз науково-методичної літератури [2,4] та досвід практичної діяльності свідчать, що успішне вирішення професійних завдань правоохоронцями залежить від

рівня їх фізичної, психологічної підготовки і вироблених спеціальних професійно-прикладних рухових вмінь та навичок, тому в закладах вищої освіти МВС України йде активний пошук шляхів удосконалення процесу підготовки фахівців з цієї спеціальності. Особливої уваги приділяється проблемі удосконалення системи загальної та спеціальної фізичної підготовки майбутніх правоохоронців, оскільки вона є обов'язковою складовою їх професійної компетентності.

На теперішній час перед фахівцями з фізичного виховання гостро стоїть проблема підбору адекватних засобів, методів, форм організації фізичної підготовки майбутніх правоохоронців, визначення раціонального рипто вальют ня загальної та професійно-прикладної фізичної підготовки в процесі навчання відповідно до специфіки майбутньої професійної діяльності [2,3]. Засоби фізичного виховання, що застосовуються для вирішення завдань риптної підготовки студентів, специфічні і досить різноманітні. До них відносять: загально підготовчі та професійно-прикладні фізичні вправи, оздоровчі сили природи і гігієнічні фактори.

З метою визначення засобів фізичного виховання, що мають найбільше прикладне значення для студентів, які навчаються за спеціальністю «Правоохоронна діяльність», ми запропонували викладачам кафедри фізичного виховання ДДУВС та кафедри теорії і методики фізичного виховання ПДАФКіС ранжувати фізичні вправи і види спорту за ступенем їх значущості для розвитку професійно важливих фізичних якостей. Кожен викладач, який брав участь у дослідженні, надавав порядковий номер фізичній вправі або виду спорту залежно від їх прикладної значущості. У процесі обробки отриманих даних порядкові номери підсумовувалися, і за сумою визначалося місце в рейтингу (таблиця 1). Таким чином, більш високе місце в рейтингу займали фізичні вправи і види спорту, які набрали найменшу суму порядкових номерів, а нижче – ті, що набрали більшу суму.

Аналіз результатів, наведений в таблиці 1 свідчить, що на думку фахівців з фізичного виховання, найбільше прикладне значення для майбутніх правоохоронців мають єдиноборства, потім в порядку убубання йдуть циклічні вправи; вправи, спрямовані на розвиток сили та силової витривалості; спортивні ігри; елементи гімнастики. Останнє та передостаннє місце зайняли гімнастика для очей та дихальні вправи як засоби, що відіграють допоміжну роль та сприяють не стільки розвитку фізичних якостей, скільки відновленню після навчальної діяльності.

Таблиця 1

**Рейтинг засобів фізичного виховання за їх значенням для розвитку професійно значущих фізичних якостей студентів, які навчаються за спеціальністю «Правоохоронна діяльність»**

Засіб фізичного виховання	Сума порядкових номерів	Місце в рейтингу
Єдиноборства	25	1
Циклічні вправи	32	2
Вправи для розвитку сили та силової витривалості	51	3
Спортивні ігри	54	4
Елементи гімнастики	92	5
Гімнастика для очей	106	6
Дихальні вправи	134	7

Після визначення рейтингу професійно значущих засобів фізичного виховання для студентів, які навчаються за спеціальністю «Правоохоронна діяльність», ми запропонували фахівцям, які брали участь в нашому дослідженні представити свій варіант співвідношення різних вправ по курсам навчання. Для спрощення поставленого завдання вправи та види спорту, що мають схожий вплив на організм, були об'єднані нами в наступні групи: «Циклічні вправи аеробного характеру»; «Гімнастика»; «Спортивні ігри» «Єдиноборства»; «Силові вправи»; «Допоміжні засоби фізичного виховання». До групи допоміжних засобів фізичного виховання ми віднесли: дихальні вправи, вправи для очей, рипто валют процедури та засоби психорегуляції (аутогенне тренування, релаксаційна гімнастика та ін.). Значення даних засобів фізичного виховання для підвищення функціональних можливостей організму та розвитку фізичних якостей відносно невелике, але їх раціональне рипто втання в різних формах занять фізичними вправами (наприклад, при виконанні студентами фізкультурних пауз і фізкультурних хвилинок у процесі самопідготовки) у поєднанні з основними засобами фізичного виховання буде сприяти зняттю втоми та емоційної напруги, підвищенню розумової роботоздатності, стійкості організму до дії несприятливих чинників навколишнього середовища.

Запропоноване викладачами співвідношення вправ для різних груп спеціальностей було математично оброблено для визначення середніх арифметичних значень. Узагальнені результати рекомендацій фахівців щодо оптимального співвідношення різних засобів фізичного виховання в процесі фізичної підготовки майбутніх правоохоронців по курсам наведені в таблиці 2.

Таблиця 2

## Співвідношення різних засобів фізичного виховання в процесі фізичної підготовки студентів по курсах, % від загального обсягу

Засоби	1-й курс	2-й курс	3-й курс
	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$	$\bar{x} \pm S$
Єдиноборства	25,3 ±2,1	31,4±2,6	35,7±3,3
Циклічні вправи	30,4±3,6	30,1±2,7	28,8±2,4
Силові вправи	16,4±1,2	14,2±1,2	12,6±1,1
Спортивні ігри	14,1±1,6	12,8±1,9	12,5±1,7
Гімнастика	10,3±1,2	9,1±1,4	8,3±1,4
Допоміжні засоби	3,5±0,4	2,4±0,3	2,1±0,3

Аналіз даних, наведених у таблиці, свідчить, що на першому курсі студентам найбільший відсоток часу пропонується відводити виконанню циклічних вправ, які сприяють розвитку витривалості та підвищення функціональних можливостей киснево-транспортної системи організму. Частка циклічних вправ дещо зменшується від курсу до курсу, також, як кількість силових вправ, спортивних ігор, гімнастичних вправ та допоміжних засобів фізичного виховання, за рахунок чого значно збільшується відсоток єдиноборств (з 25,3±2,1% на першому курсі до 35,7±3,3% на третьому). Такі результати узгоджуються з даними ранжування, у відповідності до яких, єдиноборства мають найбільше прикладне значення для майбутніх правоохоронців.

Таким чином, аналіз науково-методичної літератури та результати власних досліджень свідчать, що для забезпечення високого рівня фізичної підготовленості, розвитку фізичних і психічних якостей, необхідних у професійній діяльності майбутніх правоохоронців, необхідно використовувати різноманітні засоби фізичного виховання, співвідношення яких повинне визначатися вимогами майбутньої професійної діяльності та змінюватися протягом навчання. На перших курсах доцільно більше уваги приділяти загальній риптній підготовці, в подальшому – професійно-прикладній.

1. Євдокімова ОО. Професійна підготовка правоохоронців у контексті системного підходу. *Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools*. 2017; №21(3). С. 88–93.

2. Кошелева Е. Особенности физической рипто вал студентов разных групп рипто валют . *Спортивный вісник Придніпров'я*. 2018. №2. С.50-57.

3. Кузенков О.В., Білик В.В. Специфіка навчання з предмету «Спеціальна фізична підготовка». *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України*. Збірник наукових праць V Міжнародної науково-практичної конференції (м. Харків, 29 травня 2020 р.). С96-98.

4. Римик В., Вербовий В. Сутність професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх поліцейських. *Вісник Прикарпатського університету. Фізична культура*. 2020. Вип.34. С.93-102.