

Шарамок К.

курсант ННІ права та підготовки
фахівців для підрозділів
Національної поліції

Рогальський В.

викладач кафедри спеціальної
фізичної підготовки Дніпровського
державного університету
внутрішніх справ

ЗНАЧЕННЯ ФІЗИЧНОЇ АКТИВНОСТІ У ФОРМУВАННІ ПРОФЕСІЙНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ

У сучасному світі, де вимоги до силових структур та правоохоронних органів надзвичайно високі, фізична активність набуває особливого значення у формуванні професійної майстерності поліцейських. Виконання службових обов'язків вимагає не лише знань та навичок у сфері правопорядку, але й високого рівня фізичної підготовки. Фізична активність стає ключовим елементом, що забезпечує необхідну функціональну готовність поліцейських до викликів, які можуть виникнути в ході виконання службових обов'язків.

Поліцейська діяльність визначається не лише реакцією на конкретні ситуації, але і здатністю швидко та ефективно реагувати на соціокультурний та кримінальний контекст. Фізична активність як складова професійної підготовки, сприяє розвитку необхідних фізичних якостей – витривалості, швидкості, сили та координації. Ці аспекти є важливими для ефективного виконання завдань, пов'язаних із забезпеченням громадського порядку, розслідуванням злочинів та здійсненням оперативно-службової діяльності.

Спеціальна фізична підготовка як складова частина професійної підготовки сприяє досягненню об'єктивної готовності працівників поліції до ефективних професійних дій з мінімальним ризиком для власного життя та здоров'я і спрямована на: формування спеціальних знань, вмінь та навичок застосування заходів фізичного впливу, прийомів самозахисту та рукопашного бою у реальних обставинах оперативно-службової діяльності; формування навичок долаання природних та штучних перешкод; формування і вдосконалення професійно важливих фізичних якостей; формування професійно важливих психічних якостей; забезпечення професійної працездатності та надійності організму; підвищення витривалості організму поліцейського до дій у несприятливих специфічних умовах професійної діяльності; формування професійних рис характеру [1].

Заняття з фізичної підготовки мають на меті: забезпечити раціональне формування індивідуального фонду необхідних рухових знань, умінь і навичок, довести їх до належного рівня досконалості; навчити кожного

застосовувати набуті знання та навички в повсякденному житті для самовдосконалення [2].

Фізична активність є вирішальною складовою у формуванні професійної майстерності поліцейських. Вона не лише сприяє фізичному здоров'ю та загальній витривалості, але й впливає на психічний стан, стресостійкість та оперативність правоохоронця.

Фізична підготовка дозволяє поліцейським ефективно керувати стресовими ситуаціями, розвиває рефлексі та швидко-силові якості, що надає перевагу у вирішенні невизначених та несподіваних завдань. Також важливо враховувати, що високий рівень фізичної активності позитивно впливає на загальний імідж поліцейського, підвищуючи довіру громадськості та сприяючи формуванню позитивного сприйняття правоохоронця.

Тому систематична фізична підготовка повинна стати не тільки обов'язковим етапом у навчанні поліцейських, але й постійним процесом в професійному житті. Її значущість виявляється у забезпеченні оптимальної фізичної та психічної готовності до дій, забезпечуючи ефективність та високий рівень професійного виконання завдань, які покладаються на правоохоронців.

Список використаних джерел:

1. Герасимчук Ю. В., Петрушин Д. В.. Конспект лекцій з дисципліни «СПЕЦІАЛЬНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА» *Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ*, Дніпро, 2016.
2. Шиян Б. М. Теорія та методика фізичного виховання школярів : у 2 ч. Тернопіль : Богдан, 2001. Ч. 1. 272 с. URL: http://www.studmed.ru/view/shiyan-bm-teorya-ta-metodikafzichnogo-vihovannya-shkolyarv_8f6442dca65.html