

Ковальова А.

курсант

Порохнявий А.

викладач кафедри спеціальної
фізичної підготовки Дніпровського
державного університету
внутрішніх справ

УДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИХ ЄДИНОБОРСТВ ПРАВООХОРОННИХ СТРУКТУР

Сучасні правоохоронні структури стикаються з різноманітними викликами та завданнями, які часто вимагають від їхніх працівників високого рівня фізичної підготовки та навичок у службово-прикладних єдиноборствах. Важливість цих умінь стає особливо актуальною в умовах зростаючого рівня злочинності та терористичних загроз. Таким чином, удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств стає невід'ємною складовою стратегії підвищення ефективності правоохоронної діяльності.

Службово-прикладні єдиноборства – це комплекс спеціально адаптованих бойових та самозахисних технік, методів та прийомів, які використовуються правоохоронцями та іншими представниками правоохоронних органів у процесі виконання службових обов'язків. Це включає в себе різні види бойових мистецтв, самозахисту, тактичне та фізичне навчання, які спрямовані на забезпечення безпеки особистості, партнерів та громадян, а також на успішне виконання службових завдань.

Практика прикладних видів спорту включає в себе формування та вдосконалення рухових навичок і вмінь поліцейських, необхідних у повсякденній діяльності та при виникненні надзвичайних ситуацій; витривалості, швидкості та фізичної підготовленості для забезпечення можливості переслідування правопорушників та отримання переваги в силових протистояннях при їх затриманні, в тому числі при подоланні природних і штучних перешкод; процес виконання фізичних вправ. Сюди входять навички самоконтролю фізичного стану та здоров'я, а також практичні навички застосування методик виконання фізичних вправ [1, с. 30].

Для того, щоб зрозуміти систему удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств, потрібно визначити, як працює організм людини під час підготовки. Таким чином, для того, щоб підвищити рівень розвитку основних м'язових груп, які несуть основне навантаження в єдиноборствах проти супротивника, ми підібрали відповідні специфічні комплекси вправ і розділили їх за наступними напрямками:

1) вправи, необхідні для покращення швидкості та сили ударів руками та ногами, індикатори ударів руками та ногами;

2) вправи, необхідні для підвищення ефективності елементів боротьби, що застосовуються в практиці затримання [2, с. 159].

Також існують фактори впливу на ефективність службово-прикладних єдиноборств правоохоронних структур:

1) Фізична підготовка та здоров'я персоналу: здатність до фізичних навантажень та здоровий стан впливають на можливість правоохоронця ефективно виконувати свої обов'язки, зокрема у конфліктних ситуаціях або екстремальних обставинах.

2) Психологічна стійкість та стресостійкість: вміння зберігати збалансований стан розуму у стресових ситуаціях допомагає уникати паніки та приймати правильні рішення під час надзвичайних ситуацій.

3) Технічне та тактичне навчання: рівень навичок у маневрах, знання техніки і тактики впливають на успішність вирішення проблемних ситуацій та забезпечення безпеки.

4) Спеціальна підготовка та тренування: навички використання спеціальних засобів та техніки, таких як зброя, засоби самооборони та комунікації, важливі для успішної діяльності правоохоронців.

5) Ефективність командної роботи: здатність спілкуватися та працювати в команді важлива для координації дій у складних ситуаціях та досягнення спільних цілей.

6) Етичні та професійні стандарти: дотримання високих етичних та професійних стандартів сприяє підтримці довіри громадськості та ефективній роботі правоохоронних органів.

7) Ступінь доступу до інформації та технологій: правильне використання інформаційних технологій та доступ до актуальної інформації дозволяє правоохоронцям швидко реагувати на зміни ситуації та ефективно виконувати свої обов'язки.

Тож удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств є ключовим завданням для забезпечення ефективності та успішності правоохоронної діяльності. Розвиток цих навичок відіграє важливу роль у забезпеченні безпеки громадян та успішному виконанні службових завдань правоохоронців. Особливо важливим є їхнє удосконалення в умовах зростаючої складності та різноманітності викликів, з якими стикаються правоохоронці сучасності, зокрема у контексті злочинності та терористичних загроз. З впровадження практики прикладних видів спорту сприяє формуванню та підвищенню рівня фізичної підготовки та навичок у службово-прикладних єдиноборствах правоохоронців. Зокрема, специфічні комплекси вправ спрямовані на розвиток основних м'язових груп та покращення технічних та тактичних навичок, необхідних для ефективного виконання службових обов'язків.

Список використаних джерел:

1. Журавель О. А. Удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств правоохоронних структур. Матеріали Регіональної науково-практичної конференції, ДДУВС. Дніпро, с. 30-32.

2. Петрушин Д. В. Проблематика удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств правоохоронних структур. Матеріали XX Міжнародної науково-практичної конференції, 17- 25 березня, 2023. С 157-160.

Козорог В.

здобувач вищої освіти 1-го курсу
ННІ права та підготовки фахівців
для підрозділів
Національної поліції

Порохнявий А.

викладач кафедри спеціальної
фізичної підготовки Дніпровського
державного університету
внутрішніх справ

ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ПОЛІЦЕЙСЬКИХ ЯК СКЛADOVA ЯКІСНОЇ ПІДГОТОВКИ КАДРІВ ДЛЯ ПРАВООХОРОННИХ ОРГАНІВ

Правоохоронні органи є ключовим елементом суспільства, відповідальним за забезпечення громадської безпеки та дотримання законів. Однак для того, щоб поліцейські могли ефективно виконувати свої обов'язки, необхідно, аби вони були фізично готові до різноманітних викликів, з якими стикаються у повсякденній роботі.

Фізично готовий поліцейський має покращену силу, витривалість та гнучкість, що визначає його здатність ефективно діяти в будь-яких обставинах. Така готовність допомагає у виконанні службових обов'язків, зокрема під час переслідувань, рятування та інших екстремальних ситуацій. Також фізично підготовлений поліцейський має підвищену стресостійкість. Вправи на витривалість та дихальні практики, що входять у програми фізичної підготовки, сприяють підвищенню рівня стресозахисту, що є головним у надзвичайних ситуаціях [1, с. 80].

Виконання службових завдань поліцейського часто вимагає швидкої реакції та фізичної активності. Надійна фізична підготовка дозволяє поліцейським ефективно втручатися в ситуації, використовуючи свою мобільність та здатність до фізичних дій.

Також зазначимо, що поліцейські завдяки систематичним тренуванням розвивають міцність м'язів та гнучкість, що робить їх менш вразливими до