

**Степаненко Б.**

здобувач вищої освіти ННІ права та підготовки фахівців для підрозділів Національної поліції

**Король К.**

викладач кафедри ТСП  
Дніпровського державного університету внутрішніх справ

**АКТУАЛЬНІ ПИТАННЯ УДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ  
СЛУЖБОВО-ПРИКЛАДНИХ ЄДИНОБОРСТВ  
ПРАВООХОРОННИХ СТРУКТУР**

У сучасному світі правоохоронні органи стикаються з безпрецедентними викликами, які вимагають постійного удосконалення їх методів та підходів до виконання обов'язків. Одним з найважливіших аспектів їх діяльності є службово-прикладні єдиноборства, які включають в себе широкий спектр дій з метою забезпечення громадської безпеки та боротьби зі злочинністю. У зв'язку з постійним розвитком технологій, зміною соціально-економічних умов та еволюцією злочинності виникає необхідність у пошуку нових підходів до вирішення цих завдань.

Розвиток фізичних якостей відіграє чільну роль у вирішенні соціально зумовлених завдань, таких як всебічний розвиток особистості, підвищення стійкості організму до соціально-екологічних умов та збільшення адаптивних можливостей. У поліцейській діяльності, яка часто пов'язана з позаштатними ситуаціями, що виникають при затриманні злочинців або запобіганні правопорушенням, а також під час профілактичних заходів, це особливо важливо [2, с. 6-7].

Підготовка до єдиноборства є значущим етапом у навчанні та вихованні працівників поліції. Цей процес дозволяє їм вчитися активному та ефективному реагуванню в умовах підвищеного психологічного навантаження, набувати вольової міцності та вміння долати труднощі та стресові ситуації.

Особливість практики рукопашного бою та інших видів єдиноборств полягає у тому, що під час тренувань моделюються ситуації прямого зіткнення з опонентом різного характеру, де протистояння відбувається в реальному часі та обличчям до обличчя.

Рукопашний бій охоплює різноманітні техніки, включаючи удари, захоплення, прийоми з використанням больових та задушливих прийомів. Правила цього виду бою розроблені таким чином, щоб наблизити їх до реальних бойових умов, що дозволяє співробітникам ефективно виконувати свої професійні обов'язки під час служби. Правила включають два тури:

перший – демонстрація техніки, другий – вільні поєдинки. У першому турі вивчаються всі захисні дії проти ударів, захопленнь та використання холодної або вогнепальної зброї, де спортсмен має набрати певну кількість балів для переходу до другого туру, де проходять вільні поєдинки. Такий комплексний підхід дозволяє проявити всі необхідні якості у підготовці спортсменів [3, с. 30-31].

Прагнення до швидкості та естетики виконання прийомів у першому турі може порушити реальні навички захисту, що може призвести до небезпечних наслідків у подальшій професійній діяльності. Наприклад, під час затримання злочинців неякісно виконані прийоми самозахисту можуть призвести до травм або навіть летальних наслідків. Такі ситуації негативно впливають на імідж поліцейських, підкреслюючи їх недостатню фізичну підготовку та відсутність вміння ефективно застосовувати фізичний вплив, обеззброювати правопорушників і конвоювати тощо.

Необхідно зазначити, що існують певні проблеми, які ускладнюють виконання службово-прикладних єдиноборств.

*По-перше*, недостатня або неякісна підготовка співробітників може призвести до неефективного використання єдиноборств у реальних ситуаціях. А недостатність тренувань та навичок – до неправильного застосування технік або недостатньої реакції на небезпечні ситуації [1, с. 57].

*По-друге*, використання надмірної сили або непропорційних заходів може стати причиною негативних наслідків та порушень прав людини. Недостатнє розуміння принципів використання сили може вплинути на відносини між правоохоронцями та громадою.

Для подолання зазначених проблем та підвищення ефективності службово-прикладних єдиноборств правоохоронних структур необхідно активно працювати над підвищенням рівня підготовки працівників правоохоронних органів шляхом організації спеціалізованих навчальних курсів та тренувань.

Важливо розробити та впровадити ефективні механізми координації дій між різними підрозділами правоохоронних органів. Необхідно створити сприятливі умови для впровадження передових технологій в роботу правоохоронних органів: штучний інтелект, аналіз даних та інші [3, с. 31].

Важливо розвивати співпрацю між правоохоронними органами різних країн для обміну досвідом та інформацією щодо боротьби зі злочинністю.

Для підвищення рівня розвитку провідних м'язових груп, які зазнають найбільшого навантаження під час єдиноборств з противником, варто виконувати специфічні комплекси вправ, за круговою методикою. Ці комплекси спрямовані на поліпшення швидкісно-силових показників ударів руками та ногами, а також на підвищення ефективності при застосуванні елементів боротьби під час затримання.

Комплекс вправ для поліпшення швидкісно-силових показників ударів руками та ногами, включає в себе вправи, спрямовані на розвиток м'язів рук

і ніг, а також на підвищення координації рухів та точності ударів. Наприклад, вправи з ударів по пневматичному мішку або плетеному манекену, швидкі бігові вправи, стрибки та підскоки.

Комплекс вправ для поліпшення ефективності елементів боротьби при затриманні включає в себе вправи, спрямовані на розвиток м'язів корпусу, спини та ніг, які допомагають у виконанні різних захоплень, кидків та контрольних прийомів. Наприклад, вправи з гирями або власною вагою, техніки захоплень та кидків, розвиток вправності під час рукопашного бою [2, с. 26].

Ці комплекси вправ спрямовані на підвищення фізичної підготовленості співробітників поліції та покращення їхньої здатності ефективно діяти у різних ситуаціях службово-прикладного характеру. Регулярне виконання цих вправ допомагає підтримувати оптимальний рівень фізичної форми та підготовленості для виконання службових обов'язків.

Тож удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств правоохоронних структур є важливим завданням у забезпеченні правопорядку та безпеки громадян. Впровадження новітніх технологій, підвищення професійної майстерності працівників та співпраця між відомствами допомагають підвищити ефективність діяльності правоохоронних органів. Розв'язання актуальних завдань удосконалення службово-прикладних єдиноборств сприятиме покращенню ситуації у сфері правопорядку та забезпечить більш ефективну боротьбу зі злочинністю.

#### **Список використаних джерел:**

1. Бортник С. М. Рівень фізичної підготовки як ключова вимога до кандидатів на службу в Національній поліції України. *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України* : зб. наук. праць. Харків : ХНУВС, 2018. С. 57-59.
2. Мірошніченко, Валерія. «Розвиток бойових мистецтв у курсантів». *Теоретичні та практичні аспекти розвитку науки та освіти: матеріали Міжнародної науково-практичної конференції*, м. Львів, 30-31 травня 2022 року.–Львів: Львівський науковий форум, 2022.73 с. 40.
3. Журавель О. А. Удосконалення рівня службово-прикладних єдиноборств правоохоронних структур. *Актуальні проблеми службово-бойової діяльності сил сектору безпеки і оборони України в умовах воєнного стану : матеріали Регіон. наук.-практ. конф. (м. Дніпро, 30 черв. 2022 р.)*. Дніпро : ДДУВС, 2022. – С. 30-32.