

Clin Calcium. – 2010. – Vol. 20. – № 12. – P. 1793-1799.

10. Jänig W. Acute inflammation in the joint: its control by the sympathetic nervous system and by neuroendocrine systems /W. Jänig, P. G. Green // Auton. Neurosci. – 2014. – Vol. 182. – № 5. – P. 42-54.

11. Klerk B. M. No clear association between female hormonal aspects and osteoarthritis of the hand, hip and knee: a systematic review / B. M. de Klerk, D. Schiphof, F. P. Groeneveld, B. W. Koes [et al.] // Rheumatology (Oxford). – 2009. – Vol. 48(9). – P. 1160-1165.

12. Mano T. Sympathetic neural influence on bone metabolism in microgravity (Review) T. Mano, N. Nishimura, S. Iwase //Acta Physiol. Hung. – 2010. – Vol. 97 (4). – P. 97354-9761.

13. Marenzana M. Sympathetic nervous system and bone adaptive response to its mechanical environment / M. Marenzana, C. J. Chenu // Musculoskelet Neuronal Interact. – 2008. Vol. 8(2). – P. 111-120.

14. Muschter D. Sympathetic Neurotransmitters Modulate Osteoclastogenesis and Osteoclast Activity in the Context of Collagen-Induced Arthritis/ D. Muschter, N. Schäfer, H. Stangl, R. H. Straub, S. Grässel //PLoS ONE. – 2015. – Vol. 10(10). – e 0139726.

15. Williamson J. W. The relevance of central command for the neural cardiovascular control of exercise / J. W. Williamson // Exp. Physiol. – 2010. – Vol. 95(11). – P. 1043–1048.

Бондаренко В. В.
Національна академія внутрішніх справ

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ ПІДРОЗДІЛІВ ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ

Здійснено аналіз керівних документів, що регламентують організацію фізичної підготовки працівників Національної поліції України. Висвітлено специфіку загальної фізичної підготовки та тактики самозахисту поліцейських у системі службової підготовки.

Встановлено, що основними напрямками удосконалення фізичної підготовки працівників поліції є розробка новітніх методик навчання з урахуванням сучасних світових тенденцій та шляхів розвитку фізичної культури та спорту; спонукання працівників до самостійного навчання; посилення контролю та відповідальності поліцейських за рівень власної фізичної підготовленості.

Ключові слова: фізична підготовка, службова підготовка, патрульна поліція.

Бондаренко В. В. Особенности физической подготовки сотрудников подразделений патрульной полиции.

Осуществлен анализ руководящих документов, регламентирующих организацию физической подготовки работников Национальной полиции Украины. Освещены специфика общей физической подготовки и тактики самозащиты полицейских в системе служебной подготовки.

Установлено, что основными направлениями совершенствования физической подготовки сотрудников полиции является разработка новейших методик обучения с учетом современных мировых тенденций и путей развития физической культуры и спорта; побуждения работников к самостоятельному обучению; усиление контроля и ответственности полицейских за уровень собственной физической подготовленности.

Ключевые слова: физическая подготовка, служебная подготовка, патрульная полиция.

Bondarenko V. V. Peculiarities of physical training of employees of units of patrol police.

The article substantiates the importance of physical training for employees of the patrol police units. The analysis of the guidance documents regulating the specifics of physical training of the employees of the National Police of Ukraine is carried out. The peculiarities of general physical training and tactics of self-defense of policemen in the system of professional training are highlighted.

Based on the analysis of the professional program of initial training of police officers who were first taken to service in the police and the content of disciplines of vocational and practical training, it was determined that the basics of self-defense and methods of physical impact are studied by listeners at tactical training sessions. Their further improvement takes place during physical training sessions in the police training system.

It was stated that the current provisions on the organization of professional training of National Police officers of Ukraine reduced the total hours allocated to physical training. Decrease occurred due to the allocation of general physical training for self-mastery by the police. In general, patrol police inspectors (second category of police officers) provide 108 hours per year for physical training.

The results of the final inspections show that reducing the number of hours for physical training does not contribute to the development of the physical qualities of the police.

It is established that at the level of organizational measures the main directions of improvement of physical training of police officers are the development of the newest methods of teaching taking into account the current world trends and ways of development of physical culture and sports, encouraging employees to self-study, strengthening control and responsibility of the police for their own physical fitness.

Key words: physical training, training, patrol police.

Постановка проблеми. Професія поліцейського визначається підвищеною складністю та вимагає розвитку не лише

особистісних, а й фізичних якостей працівника. Специфіка професійної діяльності працівників патрульної поліції потребує постійного розвитку основних фізичних якостей та удосконалення спеціальних рухових умінь та навичок. Така необхідність пояснюється двома основними вимогами:

- по-перше, специфіка патрулювання в автомобілі призводить до збереження статичного положення тривалий час, що негативно впливає на фізичний стан та рівень здоров'я працівників;
- по-друге, високої фізичної підготовленості та сформованості спеціальних рухових умінь та навичок вимагають дії, що пов'язані з переслідуванням та затриманням правопорушників.

У зв'язку з цим, під час добору кандидатів на службу в поліцію, передбачено тестування рівня фізичної підготовленості [1, 2], а в подальшому – обов'язкова щорічна підсумкова перевірка фізичної підготовленості у системі службової підготовки поліцейських [3].

Однак, не дивлячись на те, що фізичній підготовці в Національній поліції України відводиться чільне місце, результати підсумкових перевірок свідчать про існуючі проблеми у фізичній підготовленості працівників патрульної поліції. Пошуки нових шляхів удосконалення фізичної підготовки правоохоронців потребують подальших наукових досліджень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що фізична підготовка працівників правоохоронних органів є об'єктом дослідження багатьох вітчизняних та зарубіжних учених (М. І. Ануфрієв, Г. М. Арзютов, М. Безпалый, Ю. А. Бородин, Г. М. Будагянц, С. Є. Бутов, Ю. В. Вереньга, І. П. Закорко, О. І. Каранкевич, А. Р. Лушак, М. О. Носко, В. І. Пліско, К. В. Пронтенко, С. П. Сергієнко, В. М. Сіньов, Л. С. Узун, О. А. Яреценко, P. Antonmattei, P. Maher, J. Balkin та інші).

Аналіз праць В. К. Бальсевича, Ю. А. Бородіна, Г. М. Арзютова та інших учених [4-7] показав, що низька рухова активність призводить до різноманітних порушень функцій систем організму, обміну речовин, появи надлишкової ваги, що несприятливо відбивається на стані здоров'я та викликає різного роду захворювання. Перш за все страждає серцево-судинна система (атеросклероз, гіпертонічна, ішемічна хвороба тощо), порушується стан опорно-рухового апарату. У результаті виникає явище детренованості (погіршення перенесення функціональних навантажень). Понижена рухова активність несприятливо позначається на стані м'язової системи. Зменшення частки витрат м'язової енергії у процесі праці у багатьох випадках не зменшує, а підвищує вимоги до фізичної підготовленості працівників.

Дослідниками О. І. Каранкевичем, В. А. Барташом, І. Ю. Махутою, шляхом опитування працівників правоохоронних органів визначено значимість розвитку основних фізичних якостей, що відіграють визначальну роль під час затримання правопорушників. Науковцями встановлено, що найбільшу питому вагу, під час застосування прийомів фізичного впливу, відіграють силові якості. Дещо меншу – швидкісні, витривалість та координаційні здібності [8].

Результати досліджень низки вчених [9-14] доводять, що фізична підготовка працівників правоохоронних відомств повинна мати професійно-прикладну спрямованість й поєднувати розвиток фізичних якостей з формуванням умінь та навичок виконання прийомів фізичного впливу.

Мета роботи. Дослідити особливості фізичної підготовки працівників підрозділів патрульної поліції та визначити основні напрями її удосконалення.

Виклад основного матеріалу дослідження. Керівними документами [3] визначено, що навчання з фізичної підготовки передбачає формування та вдосконалення в поліцейських: рухових якостей та навичок, необхідних у повсякденній діяльності та в разі виникнення екстремальних ситуацій; витривалості, швидкісних та силових якостей, які забезпечують можливість переслідування правопорушника та перевагу в силовому протистоянні при його затриманні, у тому числі з подоланням природних та штучних перешкод; навичок самоконтролю за фізичним станом та станом здоров'я у процесі виконання фізичних вправ; практичних навичок застосування прийомів самозахисту, особистої безпеки, фізичного впливу тощо. Складовими фізичної підготовки поліцейських є загальна фізична підготовка та тактика самозахисту й особистої безпеки. Основи тактики самозахисту закладаються вперше прийнятим працівникам на курсах первинної професійної підготовки під час практичних занять з тактичної підготовки. Тактична підготовка відноситься до блоку навчальних предметів професійно-практичної підготовки з навчальним навантаженням в обсязі 126 годин. Тематичним планом даного предмета передбачено тринадцять навчальних тем із яких чотири стосуються вивчення основ тактики самозахисту: «Спеціальні та підготовчі вправи» (2 год.); «Захист від нападу» (12 год.); «Застосування заходів поліцейського примусу (фізичної сили, спеціальних засобів, вогнепальної зброї). Поверхнева перевірка» (36 год.). Подальше вивчення прийомів фізичного впливу відбувається під час проходження навчального матеріалу за темою «Моделювання ситуацій службової діяльності». Однак за такий короткий проміжок часу досконало оволодіти прийомами самозахисту та фізичного впливу, передбаченими програмою підготовки складно. Це пояснюється закономірностями формування рухових умінь та навичок.

Формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей поліцейського з урахуванням особливостей професійної діяльності відбувається під час занять з фізичної підготовки в системі службової підготовки [3]. Сукупність навчальних тем з фізичної підготовки працівників управлінні патрульної поліції у системі службової підготовки (на 2017 рік) зображено на рис.1. Планові навчальні заняття проводяться з поліцейськими в робочий час упродовж усього навчального року (з 15 січня по 15 вересня).

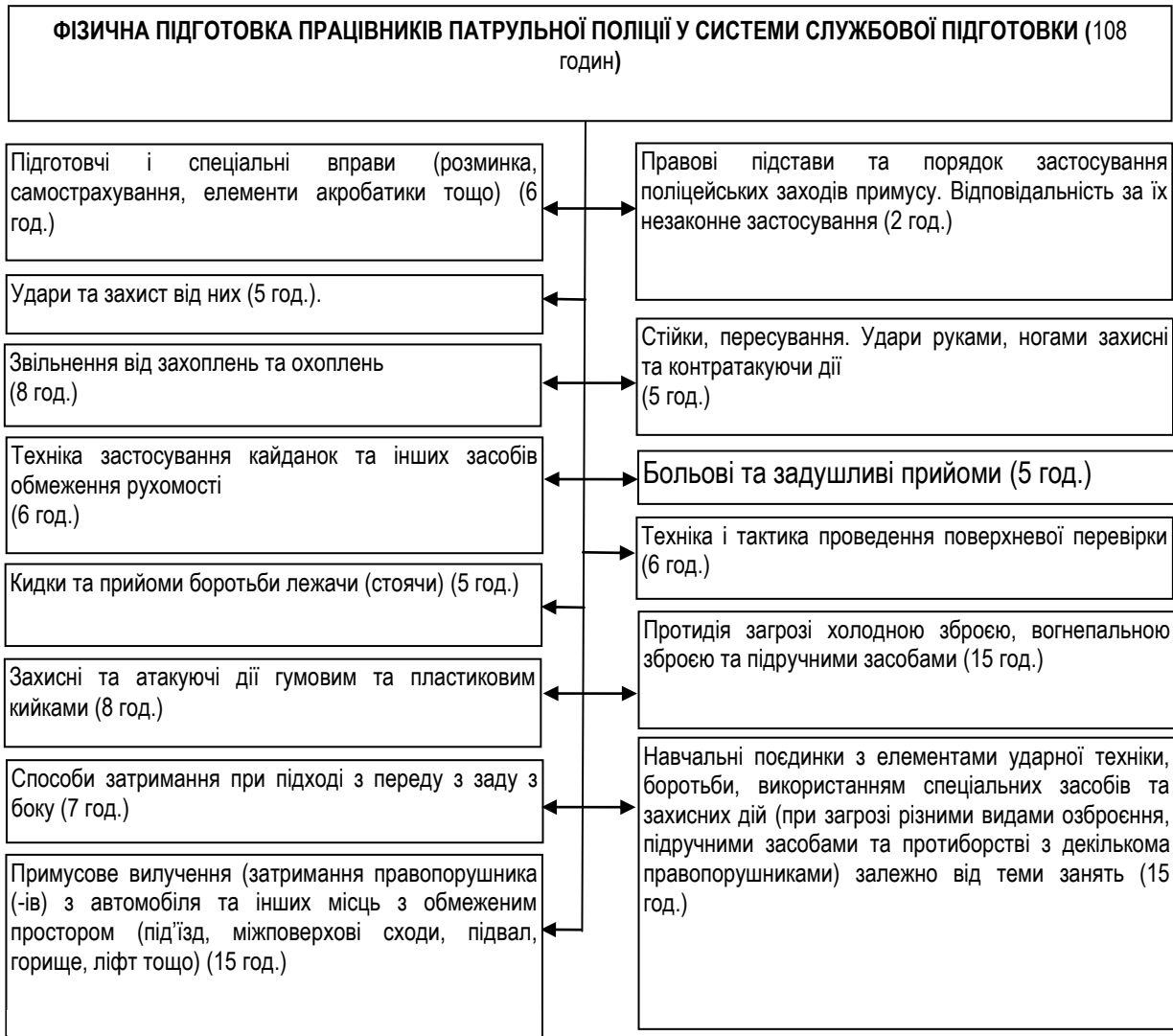


Рис 1. Сукупність навчальних тем з фізичної підготовки працівників підрозділів патрульної поліції у системі службової підготовки (на 2017 рік)

Організація занять з фізичної підготовки визначається відповідно до категорій поліцейських та їх вікових груп. Виділено сім вікових груп та три категорії поліцейських. До першої категорії віднесено працівників поліції підрозділу особливого призначення та передбачено не менше 144 годин на рік занять фізичною підготовкою (не менше 4 академічних годин на тиждень). Друга категорія (поліцейські територіального підрозділу) – 108 годин на рік (не менше 3 академічних годин на тиждень). Третя категорія (поліцейські структурного підрозділу апарату Національної поліції, територіальних (міжрегіональних) органів Національної поліції України, державних установ та навчальних закладів із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських) – 72 години на рік (не менше 2 академічних годин на тиждень). Співвідношення річного обсягу навчального навантаження з фізичної підготовки працівників Національної поліції України зображено на рис. 2.

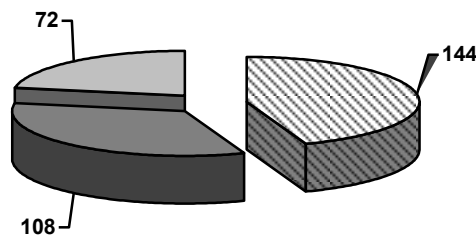


Рис 2. Співвідношення річного обсягу навчального навантаження з фізичної підготовки працівників Національної поліції України, години (згідно Наказу №50 від 26.01.2016 року)



- працівники 1-ї категорії (144 години)
- працівники 2-ї категорії (108 годин)
- працівники 3-ї категорії (72 години)

Аналіз нормативних документів стосовно організації професійної підготовки працівників органів внутрішніх справ України засвідчив зменшення кількості годин відведених на фізичну підготовку для працівників патрульної служби зі 192 до 108 годин на рік. Зменшення відбулося за рахунок виокремлення загальної фізичної підготовки на самостійне опанування поліцейськими. В чинному положенні «Про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України» [3] зазначено, що окремі елементи загальної фізичної підготовки, а саме фізичні вправи, що сприяють швидкій адаптації поліцейського до зміни навантажень, відпрацьовуються на заняттях із тактики самозахисту.

Після завершення навчального року в органах (закладах, установах) поліції організовується проведення підсумкової перевірки рівня службової підготовленості поліцейських. У період від завершення першого етапу підсумкової перевірки до початку нового навчального року з особовим складом проводяться додаткові заняття фізичної підготовки з навчальним навантаженням на тиждень (місяць) не нижчим як передбачено нормативними документами [3] для даної категорії поліцейських.

Оцінка поліцейського з фізичної підготовки складається з оцінок, отриманих за загальну фізичну підготовку і тактику самозахисту та виставляється за чотирибальною шкалою (5 – «відмінно», 4 – «добре», 3 – «задовільно», 2 – «незадовільно»).

Рівень загальної фізичної підготовленості працівників патрульної поліції (друга категорія поліцейських) визначається за результатами виконання трьох контрольних вправ: комплексна силова вправа (для чоловіків), згинання та розгинання рук в упорі лежачи (для жінок); біг на 100 метрів (для жінок і чоловіків), при температурі повітря від -1 до -10°C виконується вправа човниковий біг (10 x 10 метрів); біг на 1000 метрів (для жінок і чоловіків) [3].

Чинним положенням [3] передбачено, що оцінка «задовільно» за загальну фізичну підготовку виставляється навіть у випадку здачі однієї з контрольних вправ на «незадовільно», але обов'язково хоча б одна інша вправа повинна бути виконана не нижче за «добре».

Оцінка з тактики самозахисту визначається за результатами практичного розв'язання поліцейським трьох ситуативних завдань із застосування заходів примусу. Перше завдання – комплексні дії поліцейського при силовому затриманні особи будь-яким способом (больовий або задушливий прийом, кидок тощо) з переходом до затримання, надягання кайданок, зовнішнього огляду, конвоювання. Друге завдання – комплексні дії поліцейського з використанням спеціальних засобів (захисні та атакуючі дії, затримання, звільнення від захоплень і охоплень з використанням гумового кийка (тонфи), надягання кайданок, проведення зовнішнього огляду особи, у тому числі із загрозою застосування вогнепальної зброї). Третє завдання – комплексні дії поліцейського при нападі правопорушника (звільнення від захоплень та охоплень, нанесення ударів руками, ногами, підручними засобами, протидія загрозі вогнепальною або холодною зброєю).

Поліцейському, який отримав оцінку «незадовільно» за виконання хоча б одного із завдань, з тактики самозахисту виставляється оцінка «незадовільно».

Поліцейські, які за станом здоров'я не можуть бути допущені до практичних занять з фізичної підготовки (отримали травму, поранення, перенесли захворювання тощо), за призначенням лікаря тимчасово займаються лікувальною фізичною культурою (ЛФК). Окрім ЛФК вони зобов'язані відвідувати заняття з тактики самозахисту для засвоєння навчального матеріалу (використання спеціальних засобів та вогнепальної зброї), необхідного для виконання службових завдань, без активної (силової) участі в них. Підсумкова перевірка передбачає оцінювання тактики самозахисту (виконання другого ситуативного завдання).

Результати підсумкових перевірок засвідчують, що зменшення кількості годин на фізичну підготовку не сприяє достатньому розвитку фізичних якостей працівників поліції. Враховуючи вимоги керівних документів та особливості професійної діяльності працівників патрульної поліції, слід спрямовувати правоохоронців до самостійних занять фізичною підготовкою й передбачити заохочення за відмінні результати підсумкової перевірки.

Висновки. На підґрунті проведених досліджень встановлено, що на рівні з організаційними заходами, основними напрямками удосконалення фізичної підготовки поліцейських є розробка новітніх методик навчання з урахуванням сучасних світових тенденцій та шляхів розвитку фізичної культури та спорту. Важливим напрямком підвищення ефективності фізичної підготовки поліцейських є надання пріоритету такій формі підготовки як самостійне навчання. Необхідною умовою підвищення ролі самостійного навчання виступатиме посилення контролю та відповідальності працівників за рівень власної фізичної підготовленості.

Перспективи подальших досліджень. Передбачається визначити рівень та динаміку загальної фізичної підготовленості працівників підрозділів патрульної поліції.

Література

1. Про затвердження Положення з організації перевірки рівня фізичної підготовленості кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України : наказ МВС України від 09.02.2016 № 90.
2. Про внесення змін до Положення з організації перевірки рівня фізичної підготовленості кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України : наказ МВС України від 30.01.2017 № 68.
3. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26.01.2016 року № 50.
4. Бальсевич В. К. Физическая активность человека / В. К. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – К. : Здоров'я, 1987. – 224 с.
5. Бородин Ю. А. Двигательная активность в системе жизнедеятельности современного человека / Ю. А. Бородин, Г. Н. Арзютов // Физическое воспитание студентов. – 2010. № 3. – С. 9 – 14.
6. Butler C.. Public – Police Interaction and its Relation to Arrest and Use of Force By Police and Resulting Injuries to

- Subjects and Officers; A Description of Risk in One Major Canadian Urban City [Electronic resource] / C. Butler, C. Hall. – 2008. – С. 1. – Mode of access : <http://www.nletp.com/files/Calgary-Police-Study.pdf>. – Date of access: 06.06.2016.
7. Mesloh. C. Less Lethal Weapon Effectiveness, Use of Force, and Suspect & Officer Injuries : A Five-Year Analysis [Electronic resource] / C. Mesloh, M. Henych, R. Wolf. – 2008. – Mode of access: <http://www.ncjrs.gov/pdffiles1/nij/grants/224081.pdf>. – Date of access : 06.06.2016.
8. Каранкевич А. И. Профессионально важные физические качества сотрудников криминальной милиции / А. И. Каранкевич, В. А. Барташ, И. Ю. Махута // Международная научно-методическая конференция – Актуальные проблемы огневой, тактико-специальной и профессионально-прикладной физической подготовки : сборник научных трудов. – Могилев : Могилев. институт МВД, 2014. – С. 348 – 357.
9. Пліско В. І. Використання заходів фізичного впливу з тактичним осмисленням ситуацій відповідно до ступеня загрози : [монографія] / В. І. Пліско, М. О. Носко. – Чернігів : Чернігівський національний педагогічний університет імені Т. Г. Шевченка, 2010. – 284 с.
10. Antonmattei P. La formation des policiers / P. Antonmattei // Pouvoirs. – 2002. – № 3 (102). – P. 57–69 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.cairn.info/revue-pouvoirs-2002-3- page-57.htm>.
11. Nieuwenhuys A. Oudejans R.R.D. Effects of anxiety on handgun shooting behavior of police officers: a pilot study. *Anxiety, Stress&Coping*. 2010, vol. 23, pp. 225 – 233.
12. Taschenmacher R. Dienst – und Einsatzlehre – Ergänzungsband NW – Leitfaden für Theorie und Praxis / von R. Taschenmacher. – 8 Auflage. – 1995. – 212 S.
13. Verenga Yu. The State of Physical Training of Servicemen of Internal Affairs of Ukraine on the Stage of Professional Becoming / Yu. Verenga // Slobozhanskyi herald of science and sport : [scientific and theoretical journal], – Kharkiv : KSAPC, 2014. – № 3 (41). – P. 157 – 162.
14. Stockton D. FBI Trains Elite Crime Fighters / D. Stockton // Law and Order. – USA, 2000. – №10. – P. 56 – 60.

Глазунов С. І.

Військовий інститут Київського національного університету імені Тараса Шевченка

АНАЛІЗ ВЗАЄМОЗВ'ЯЗКУ МІЖ ПОКАЗНИКАМИ ПСИХІЧНОГО СТАНУ ОФІЦЕРІВ ТА ЇХ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ЗА РІЗНИХ УМОВ ДІЯЛЬНОСТІ

Мета: визначити взаємозв'язок між рівнем фізичної підготовленості офіцерів та окремими показниками їх психічного стану за різних умов діяльності. **Матеріал:** до дослідження було залучено 48 офіцерів оперативно-тактичного рівня підготовки віком від 28 до 39 років. **Результати:** визначений достовірний взаємозв'язок між рівнем фізичної підготовленості офіцерів та результатами виконання ними психометричних тестів. Більша величина взаємозв'язку ($r_{B1} = 0,38; p < 0,05$) та більша зміна цієї величини після впливу субекстремальних факторів ($r_{B2} = 0,26; p < 0,05$) спостерігається у групі офіцерів із нижчим рівнем фізичної підготовленості. Найбільша сила взаємозв'язку спостерігається між рівнем розвитку у офіцерів швидкості та інтегральним показником рухливості протікання у них нервових процесів ($r_{B1} = 0,61; p < 0,05$). **Висновки:** рівень згальної фізичної підготовленості офіцерів не суттєво впливає на показники їх психічного стану, але може бути врахованим для прогнозування рухливості протікання нервових процесів у офіцерів із низьким рівнем фізичної підготовленості.

Ключові слова: екстремальні умови, кореляційний аналіз, курс витримки, рухливість нервових процесів.

Глазунов С.И. Анализ взаимосвязи между показателями психического состояния офицеров и их физической подготовленности в разных условиях деятельности.

Цель: определить взаимосвязь между уровнем физической подготовленности офицеров и отдельными показателями их психического состояния в разных условиях деятельности. **Материал:** к исследованию привлечено 48 офицеров оперативно-тактического уровня подготовки в возрасте от 28 до 39 лет. **Результаты:** выявлена достоверная взаимосвязь между уровнем физической подготовленности офицеров и результатами выполнения ими психометрических тестов. Большая величина взаимосвязи ($r_{B1} = 0,38; p < 0,05$) большее изменение этой величины после воздействия субэкстремальных факторов ($r_{B2} = 0,26; p < 0,05$) наблюдается в группе офицеров с низким уровнем физической подготовленности. **Выводы:** уровень физической подготовленности офицеров не существенно влияет на показатели их психического состояния, однако может быть учтен для прогнозирования подвижности нервных процессов у офицеров с низким уровнем физической подготовленности.

Ключевые слова: экстремальные условия, корреляционный анализ, курс выдержки, подвижность нервных процессов.

Hlazunov S.I. Analysis of interaction between the indicators of officers' mental state and their physical preparation under different conditions in activity.

Objective: To determine the relationship between the level of officers' physical preparation and individual indicators of their mental state under different conditions in activity. **Subject:** 48 officers of tactical and operational-level of training aged 28-39 years were involved in the study. **Results:** A reliable correlation between the level of officers' physical preparation and the results of success when passing psychometric tests is determined. A greater correlation ($r_{B1} = 0,38; p < 0,05$) and a larger change in this value after the influence of sub-extreme factors ($r_{B2} = 0,26; p < 0,05$) is observed in a group of officers with a lower level of physical agility. The highest correlation