

35. Gerasymova, I., Maksymchuk, B., Bilozero, M., Chernetska, Yu., Matviichuk, T., Solovyov, V., & Maksymchuk, I. (2019). Forming professional mobility in future agricultural specialists: the sociohistorical context. *Revista Romaneasca pentru Educatie Multidimensionala*, 11 (4), 345-361. <http://lumenpublishing.com/journals/index.php/rrem/article/view/1604/pdf>
36. Sheremet M., Leniv Z., Loboda V., Maksymchuk B. (2019) The development level of smart information criterion for specialists' readiness for inclusion implementation in education. *Information Technologies and Learning Tools*, 72, 273-285. <https://journal.iitta.gov.ua/index.php/itlt/article/view/2561>
37. Nerubasska, A., Maksymchuk, B. (2020a). The Demarkation of Creativity, Talent and Genius in Humans: a Systemic Aspect. *Postmodern Openings*, 11 (2), 240-255. <https://www.lumenpublishing.com/journals/index.php/po/article/view/2625>
38. Melnyk, N., Bidyuk, N., Kalenskyi, A., Maksymchuk, B., Bakhmat, N., Matvienko, O. ... Maksymchuk, I. (2019). Models and organizational characteristics of preschool teachers' professional training in some EU countries and Ukraine. *Zbornik Instituta za pedagogoska istrazivanja*, 51 (1), 46-93. <https://ipisr.org.rs/images/pdf/zbornik-51/Natalija-Meljnik.pdf>
39. Bakhmat, N., Maksymchuk, B., Voloshyna, O., Kuzmenko, V., Matviichuk, T., Kovalchuk, A. ... Maksymchuk, I. (2019). Designing cloud-oriented university environment in teacher training of future physical education teachers. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1323-1332. <http://efsupit.ro/images/stories/august2019/Art%20192.pdf>
40. Behas, L., Maksymchuk, B., Babii, I., Tsybal-Slatvinska, S., Golub, N., Golub, V. ... Maksymchuk, I. (2019). The influence of tempo rhythmic organization of speech during gaming and theatrical activities on correction of stammering in children. *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (4), 1333-1340. <http://efsupit.ro/images/stories/august2019/Art%20193.pdf>
41. Bezliudnyi O., Kravchenko O., Maksymchuk B., Mishchenko M., Maksymchuk, I. (2019) Psycho-correction of burnout syndrome in sports educators (2019). *Journal of Physical Education and Sport*, 19 (3), Art 230 pp. 1585. <http://efsupit.ro/images/stories/septembrie2019/Art%20230.pdf>
42. Halaidiuk, M., Maksymchuk, B., Khurtenko, O., Zuma, I., Korytko, Z., Andrieieva, R. ... Maksymchuk, I. (2018). Teaching approaches in extracurricular physical activities for 12-14-year-old pupils under environmentally unfavourable conditions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (4), 2284-2291. <http://efsupit.ro/images/stories/decembrie2018/Art%20344.pdf>
43. Maksymchuk, I., Maksymchuk, B., Frytsiuk, V., Matviichuk, T., Demchenko, I., Babii, I. ... Savchuk, I. (2018). Developing pedagogical mastery of future physical education teachers in higher education institutions. *Journal of Physical Education and Sport*, 18 (2), 810-815. <http://efsupit.ro/images/stories/iunie2018/Art%20119.pdf>
44. Sitovskiy A., Maksymchuk B., Kuzmenko V., Nosko Y., Korytko Z., Bahinska O. ... Maksymchuk, I. (2019). Differentiated approach to physical education of adolescents with different speed of biological development (2019). *Journal of Physical Education and Sport*, Vol.19 (3), Art 222, pp. 1532 - 1543. <http://efsupit.ro/images/stories/august2019/Art%20192.pdf>

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3(133).19
УДК 355.233.2:796.015.132

Павлова Ю.О.
доктор наук з фізичного виховання і спорту,
професор кафедри теорії і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної
культури імені Івана Боберського, м. Львів
Андрес А.С.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри фізичного виховання Національного
університету "Львівська політехніка", м. Львів
Дух Т.І.
кандидат наук з фізичного виховання і спорту,
доцент кафедри легкої атлетики Львівського державного університету фізичної культури імені Івана
Боберського, м. Львів
Крижановський В.О.
аспірант кафедри теорії та методики фізичної культури Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів
Швець В.Л.
аспірант кафедри теорії та методики фізичної культури Львівського державного університету
фізичної культури імені Івана Боберського, м. Львів

СУЧАСНИЙ СТАН ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ЗАКЛАДІВ ВИЩОЇ ОСВІТИ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Метою роботи було узагальнити досвід щодо сучасних методик організації фізичної підготовки правоохоронців та критеріїв оцінки фізичної підготовленості до вступу у поліцію. **Результати дослідження.** У статті розглянуто актуальні проблеми щодо організації фізичної підготовки курсантів закладів вищої освіти органів внутрішніх справ. Провівши детальний аналіз стану організації фізичної підготовки курсантів ОВС встановлено негативну динаміку фізичної підготовленості курсантів. На старших курсах рівень показників фізичної підготовленості знижується. Вивчено сучасні тенденції удосконалення фізичної підготовки правоохоронців, та необхідні умови для розвитку професійно важливих фізичних якостей правоохоронців. Здійснено порівняльний аналіз українського та зарубіжного досвіду професійного відбору і критеріїв оцінки фізичної підготовленості до правоохоронних органів. **Висновки.** З'ясовано, що першочерговими питаннями, які потребують вирішення є забезпечення сприятливих умов для адаптації першокурсників до специфічних умов навчання, перегляд критеріїв оцінювання фізичної підготовленості, питання професійного відбору та необхідність розробки

диференційованих програм формування психофізичної підготовленості курсантів.

Ключові слова: фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка, психофізичні якості, курсанти, органи внутрішніх справ, заклади вищої освіти.

Pavlova Iuliia, Andres Andriy, Dukh Tetiana, Kryzhanovsky Valeriy, Shvets Vadym. Current state of the organization of physical training cadets of higher education institutions of internal affairs. The purpose of the study to summarize the experience of modern methods of organizing physical training of law enforcement officers and criteria for assessing physical fitness for joining the police. *Results.* The article considers topical issues related to the organization of physical training of cadets of higher education institutions of internal affairs bodies. Relevant areas for improving the process of psychophysical readiness are the use of priority sports, increasing the adaptation of freshmen to specific learning conditions, the use of pedagogical technologies, the introduction of new technologies for assessing the physical fitness of cadets and methods of physical training taking into account climatic and geographical conditions. Having conducted a detailed analysis of the state of organization of physical training of police cadets, the negative dynamics of physical training of cadets was established. In senior courses, the level of physical fitness decreases. The results of the scientific research confirm that the physical fitness of more than 40% of entrants is low, there is no motivation to improve their physical capabilities. Only 19.1% of respondents are satisfied with their physical shape. The experience of law enforcement shows that the underestimation of the importance of psychophysical readiness of personnel leads to injuries and wounds of law enforcement officers during the performance of official duties.

The modern tendencies of improvement of physical training of police, and necessary conditions for development of professionally important physical qualities of militiamen are studied. A comparative analysis of Ukrainian and foreign experience of professional selection and evaluation criteria of physical fitness to law enforcement agencies. *Conclusions.* It was found that the priority issues that need to be addressed are the provision of favorable conditions for adaptation of freshmen to specific learning conditions, revision of criteria for assessing physical fitness, professional selection and the need to develop differentiated programs for psychophysical fitness of cadets.

Key words: physical training, special physical training, psychophysical qualities, cadets, law-enforcement bodies, institutions of higher education.

Постановка проблеми. Специфіка завдань за призначенням правоохоронних органів характеризується надмірними психофізичними навантаженнями, які спричиняють збільшення стомлення, знижують розумову та фізичну працездатність і, в результаті призводять до зниження боєготовності особового складу [1, 17]. Науковці стверджують, що психофізична підготовка відіграє важливу роль у підготовці фахівців різних військових спеціальностей [3, 4, 18]. Психофізична підготовка правоохоронців у процесі службово-бойової діяльності сприяє формуванню спеціальних рухових навичок, удосконаленню найбільш важливих для кожної військової спеціальності психічних та фізичних якостей [7]. Тому однією з важливих складових професійної підготовки правоохоронців є забезпечення необхідного рівня їх психофізичної підготовленості.

Аналіз останніх публікацій та досліджень. Чимало праць фахівців було присвячено питанню фізичної та психофізичної підготовки правоохоронців ОВС України та військовослужбовців ЗС України займалися: Антошків Ю. (2006 р.), Афонін В. (2010), Єдинак Г., Приступа Є. (2012), Ольховий О. (2012), Федак С. (2013), Романчук С. (2017). Зокрема, виділено такі напрями наукових досліджень з питань фізичної підготовки військовослужбовців:

- підвищення адаптації першокурсників до специфічних умов навчання Моргунов О.А., Соколов О.А., 2017; Білоброва Т., Биковська А. (2020);
- формування психофізіологічної готовності курсантів до майбутньої військово-професійної діяльності (Lisowski, V.O., Mihuta, Yu., 2013; Откидач В., Золочевський В., 2019); психофізичної готовності військовослужбовців аеромобільних підрозділів (Гусак О., 2012);
- пріоритетного застосування видів спорту, а саме методики військово-спортивного орієнтування (Бочкарев В.И., 2008), військово-прикладного хортингу (Єрмоменко Е.А., Полторацький С.С., 2020), з використанням легкоатлетичних засобів (Базилевич Н.О., Тонконог О.С. 2019), функціонального тренінгу "Кросфіт" (Зонов О.В., 2019), фітнесу (A. Crawley, Ross A. Sherman 2016; Lockie R., Moreno M. 2019; застосування йоги (Miller Brian S., 2020); військово-прикладного багатоборства (Приступа Є.Н., Романчук С.В. 2012; Откидач В.Г., Корчагін М.В., 2019);
- питання професійного відбору до правоохоронних органів та критеріїв оцінки фізичної підготовленості (Єдинак Г.А., 2012; Одеров А.М., 2013; Моргунов О.А., 2017; Старчук О.О., Пронтенко В.В., 2014);
- з використанням педагогічних технологій (Лигун Н.В., 2019; Хацкаюк О.В., 2019);
- з урахуванням клімато-географічних умов, а саме гірського рельєфу (Федак С., 2013; Максимчук Б., Горпинич Г. та ін., 2019; Саморок М., Оленченко В. та ін. 2019).

За результатами дослідження [5] встановлено, що 57,1% працівників ОВС мають рівень здоров'я "нижчий від середнього", у 24,8% рівень оцінюється як "низький", у 16,3% – як "середній" і тільки у 1,8% правоохоронців рівень здоров'я є "вищим від середнього". Важливо підкреслити, що за період дослідження жоден із працівників, які проходили курси початкової підготовки при НАВС, не мав високого рівня фізичного здоров'я. Фізична підготовленість у понад 40% абітурієнтів є низькою, і з року в рік погіршується; відсутня належна мотивація покращення своїх фізичних можливостей. Лише 47% курсантів відвідують секції у позаурочний час, і лише 19,1% респондентів задоволені своєю фізичною формою [16, 20]. Досвід правоохоронної діяльності свідчить про те, що недооцінка важливості фізичної готовності особового складу нерідко призводить до травмувань, поранень та загибелі правоохоронців під час виконання службових завдань. Тому необхідно визначити актуальні проблеми та шляхи їх вирішення щодо оптимізації психофізичної підготовки майбутніх фахівців ОВС України.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Робота виконується згідно теми НДР кафедри теорії

і методики фізичної культури Львівського державного університету фізичної культури імені Івана Боберського на 2017 – 2020 рр. «Теоретико-методичні аспекти оптимізації рухової активності різних груп населення».

Мета роботи полягала в:

- ✓ узагальненні та систематизації даних щодо існуючих методик та підходів організації фізичної підготовки майбутніх правоохоронців;
- ✓ аналізі закордонного досвіду критеріїв оцінювання фізичної підготовленості працівників правоохоронних органів.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення даних спеціальної науково-методичної літератури, моніторинг інформаційних ресурсів мережі Інтернет.

Виклад основного матеріалу. Фахова підготовка правоохоронних органів передбачає формування комплексу професійних якостей, знань, вмінь і навичок, які дають змогу поліцейському під час виконання службових обов'язків протистояти правопорушнику найбільш простим та безпечним способом. Для досягнення такої мети поліцейський повинен бути психічно стійким до зовнішніх проявів небезпеки, вміти оперативно аналізувати обстановку, враховувати стан та поведінку правопорушників, використовувати в рамках законодавства різні прийоми і засоби впливу [10]. Водночас недостатній рівень фізичного розвитку, слабка фізична і психологічна підготовленість контингенту, який поступає у ЗВО ОВС істотно ускладнюють процес оволодіння професійно-службовими навичками, знижують ефективність формування і розвиток психофізіологічних механізмів, що забезпечують успішну адаптацію до чинників зовнішнього середовища і службово-професійних умов [2].

Первинна адаптація курсантів до умов їх службової і навчальної діяльності є однією важливих передумов якісної підготовки майбутніх працівників правоохоронних органів під час навчання у ВВНЗ. На початкових етапах навчання розвиваються адаптаційні здібності, закладаються основи ставлення особистості до своїх професійних обов'язків, активно здійснюється становлення життєвої позиції, відбувається входження особистості в професію. У наукових дослідженнях фахівців [3, 11] обґрунтовано, що власне, фізична підготовленість курсантів першого року навчання є вагомим чинником для прискореної адаптації до умов служби та професійного становлення.

На думку білоруських вчених [27], важливими якістьми фахівців різних підрозділів Збройних Сил є психофізичні здібності, рівень яких є визначається системно-структурним взаємозв'язком психічних і фізичних показників. Однією з професійно важливих психофізичних якостей військових фахівців є координаційні здібності, які забезпечують інтеграцію психічної та фізичної складових психофізичного потенціалу. Інші науковці [22] до професійно важливих фізичних якостей курсантів відносять загальну витривалість, статичну витривалість м'язів тулуба та координаційні здібності.

Отже, першочерговим завданням фізичної підготовки курсантів є сприяти високому рівню розвитку витривалості, координаційних та силових здібностей, здатності швидко реагувати та приймати рішення у відповідності до умов, які постійно змінюються та ускладнюються. Вивчаючи питання динаміки розвитку фізичної якостей курсантів ЗВО (за даними Пронтенка В.В.) встановлено тенденцію до зниження фізичних кондицій курсантів на старших курсах. Результати вправ, що характеризують рівень спритності і координаційних здібностей та статичної витривалості м'язів тулуба, свідчать про необхідність вдосконалення чинної навчальної програми з акцентуванням уваги на вдосконаленні вказаних якостей у курсантів старших курсів. Так, загальна витривалість та показники статичної витривалості курсантів оцінюються як задовільні, з роками навчання рівень функціональних можливостей зростає, а на старших курсах відслідковується погіршення результатів [22].

Серед проблемних моментів, що виникають у сфері фізичної підготовки курсантів, варто виділити питання контролю фізичної підготовленості та відповідності нормативів фізичної підготовленості, які ставляться перед кандидатами до вступу у службу до Національної поліції. Кандидати на посаду поліцейського проходять тестування основних фізичних якостей і навичок (сили, витривалості, швидкості, гнучкості, спритності). Оцінювання проводиться за результатами виконання таких контрольних вправ: згинання та розгинання рук в упорі лежачи (для жінок); комплексна силова вправа (для чоловіків); біг на 100 метрів (для жінок та чоловіків) та біг на 1000 метрів (для жінок та чоловіків) [18]. Рівень фізичної підготовленості кандидатів на службу до підрозділів поліції особливого призначення, незалежно від статі, визначається за результатами виконання таких контрольних вправ: підтягування на перекладині; комплексна силова вправа; біг на 100 метрів та біг на 3000 метрів [20].

Американські науковці А. Crawley, Росс А. Sherman пропонують цільові компоненти програми, які включають тести для перевірки серцево-судинної витривалості, абсолютної сили, динамічної сили та гнучкості. Програма передбачає виконання 4-ох тестів MCOLES (віджимання, присідання, біг та стрибки) для того, щоб курсанти були готові пройти підсумкові тести РТ наприкінці академії [26].

Аналіз досвіду системи відбору з фізичної підготовки до правоохоронних органів Франції передбачає значну кількість психологічних тестів і виконання двох фізичних вправ: подолання смуги перешкод (виконується за спеціально розробленою методикою з урахуванням обмеження в часі) та силові вправи (виконується штовхання спеціального обтяженого візка). Під час вступу в поліцію Баварії кандидатів тестують за 5-тьма вправами, серед яких: стрибки через невелику гімнастичну лаву (кількість стрибків за 30 секунд); жим штанги лежачи на лаві (кількість разів виконаної вправи, вага штанги становить 45% ваги тіла для жінок та 60% – для чоловіків); човниковий біг 4 x 10 м, а також тест Купера та плавання (100 м). Крім того, у Баварії під час навчання майбутні правоохоронці повинні отримати свідоцтво/значок плавця-рятівника [8].

Порівнюючи вимоги з фізичної підготовленості до кандидатів у правоохоронні підрозділи інших країн є деякі схожі риси, проте є і відмінності. Наприклад, для того щоб стати членом італійського підрозділу поліцейського спецназу, потрібно подолати 100 метрів за мінімум 14 секунд та пробігти 5 кілометрів за 20 хвилин [8]. Показник майбутнього кандидата на посаду у Федеральному бюро розслідувань США наступний: спринтерський біг на 300 метрів – 59-83 секунди, а на 2, 4 км – 12,29–15,14 хвилин [25]. Для німецьких поліцейських головним критерієм є не швидкість виконання вправи на біг, а

витривалість – аеробна та анаеробна, яка визначається 12-ти хвилинним бігом, кросом на 2, 3 і 5 кілометрів [19].

Отже, нормативи щодо витривалості та фізичних кондицій кандидатів на службу у правоохоронних органах в Україні та підрозділах правоохоронних структур країн Європи та у США мають багато схожих показників. Зокрема, щодо формування підрозділів італійського спецназу, вимоги до українських поліцейських – жорсткіші. Порівнюючи показники, які висуваються кандидатам на отримання спортивних розрядів в Україні, можемо дійти висновку, що майбутні поліцейські мають здавати приблизно такі самі нормативи, тобто вони мають бути наближеними до високого рівня фізичної підготовленості.

Аналіз змісту фізичної підготовки армій провідних країн світу (Росія, США, Німеччина, Велика Британія) та стрімко прогресуючих країн НАТО (Румунія, Польща, Литва, Латвія) доводить необхідність використання засобів військово-прикладних видів спорту (кросфіт, бойовий хортинг, багатоборства та ін.) в системі військової освіти [4, 26, 31].

Зокрема, Єрмоєнко Е.А. [12] пропонує військово-прикладний хортинг, який складається з медичного курсу підготовки, психологічної та тактико-спеціальної підготовки. Основними завданнями військово-прикладного хортингу є навчання різним способам самозахисту та забезпечення гармонійного фізичного розвитку особистості. Важлива роль приділяється силовій нейтралізації противника в екстремальних умовах війни та у мирний час.

Особливо актуальним є включення кросфіту в офіційну підготовку військовослужбовців різних спеціальностей. У програмі кросфіту комбінуються: біг (спринтерські забіги), веслування (на спеціальних тренажерах), стрибки (зі скалкою або на перешкоди), лазіння по канатах, робота з обтяженнями (гантелі, гирі, штанга), перенесення речей (медбол), вправи на кільцях, перевертання покришок та ін. [9, 25].

Miller Brian S. у своїй праці рекомендує йогу, які засіб підвищення фізичної підготовленості та формування стресостійкості. Застосування різних стилів йоги дозволяє досягти поліпшення психічної стійкості, уважності, психічного та фізичного здоров'я, а також підвищенню контролю своїх емоцій [30].

Для удосконалення рівня психофізичної готовності та тренування психологічної стійкості вчені Моргунов О.А., Ярещенко О.А. пропонують використання різноманітних збиваючих факторів інтенсивного фізичного навантаження (елементи неочікуваної небезпеки; ризику; протиборства; звукові та світлові подразники; різноманітні впливи, які пов'язані із інтенсивним навантаженням на психіку, пам'ять і процеси мислення правоохоронців) [16]. Власне виконання такого типу завдань дозволяють на основі міжпредметної взаємодії створювати необхідний достатньо високий рівень нервово-емоційного напруження.

Інші фахівці [13] вбачають подальше удосконалення системи професійної підготовки працівників ОВС у застосуванні сучасних технологій тренінгу психологічних якостей та посилення професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх поліцейських в процесі навчання. Оскільки аналіз помилок і промахів поліцейських у виконанні службових завдань доводить необхідність вдосконалення методів формування психологічної стійкості майбутніх правоохоронців до стресогенного впливу в екстремальних ситуаціях у професійній діяльності.

Автори Саморок М.Г., Оленченко В.В. та ін. пропонують методіку організації спеціальної фізичної підготовки курсантів до дій в умовах гірського рельєфу, яка акцентована на розвиток загальної та силовій витривалості, емоційної стійкості, швидкості мислення та перемикання уваги. Під час практичних занять зі спеціальної фізичної підготовки у курсантів формували навички подолання штучних і природних перешкод, навичок подолання водних перешкод, військово-прикладних навичок метання гранат на влучність та здійснення марш-кидків по пересіченій місцевості з попутним використанням анаеробних, аеробних вправ [23].

Для підвищення рівня техніки самозахисту та загального рівня фізичної підготовки у вищих навчальних закладах зі специфічними умовами навчання діє секційна робота з єдиноборств та інших видів спорту. Науковцями [1, 9, 19] доведено, що застосування видів спорту у процесі професійної підготовки військовослужбовців сприяє закріпленню практичних навичок та умінь, які курсанти здобувають на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки, підвищенню рівня спеціальної фізичної підготовленості до дій в надзвичайних ситуаціях.

Висновки. Провівши детальний аналіз стану організації фізичної підготовки курсантів ОВС виявлено широкий спектр досліджуваних напрямів, застосування різних видів спорту у системі фізичної підготовки правоохоронців, тренінгових технологій формування психічної стійкості та концентрації уваги, програм фізичної підготовки з урахуванням клімато-географічних умов та ін. Однак, не в повній мірі вирішуються завдання психофізичної підготовки майбутніх правоохоронців. Потребують детального вивчення проблеми оцінювання фізичної підготовленості курсантів, забезпечення сприятливих умов для адаптації першокурсників та розробка програм психофізичної підготовки курсантів ОВС. Без усебічного обґрунтування вказаних проблем на сучасному етапі реформування правоохоронної структури ОВС України подальше вдосконалення системи фізичної підготовки правоохоронців зазначеної категорії практично неможливе.

Перспективи досліджень полягатимуть у з'ясуванні професійно важливих якостей необхідних для професійного становлення курсантів ОВС та розробці програм їх розвитку.

Література

1. Базилевич Н. О., Тонконог О. С. Організаційно-методичні особливості застосування засобів легкої атлетики у фізичній підготовці працівників національної поліції України. Науковий часопис Нац. пед. ун-ту ім. М.П. Драгоманова. Серія №15 «Науково-педагогічні проблеми фізичної культури / фізична культура і спорт»: зб. наук. пр. – Київ: НПУ імені М.П. Драгоманова, 2019. Вип. 11 К (119). С.15-19.
2. Білан Д. А., Липка Я. В. Проблема щодо рівня фізичної підготовки курсантів НВЗ МВС України. Public communication in science: philosophical, cultural, political, economic and IT context. Vol. 5. Houston, USA. 2020. С. 96-98.
3. Білоброва Т. Г., Биковська А. М. Удосконалення спеціальної фізичної підготовки курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання МВС України. Розвиток науки і техніки: проблеми та перспективи: збірник тез Всеукраїнської науково

практичної інтернет-конф. з нагоди відзначення Дня науки – 2020 в Україні (м. Київ, 21 травня 2020 р.). Київ, 2020. С. 405 – 407.

4. Богунов С. О., Черних Ю. О., Черних О. Б. Основи організації та функціонування системи військової освіти Великобританії – аналітичний огляд. Військова освіта. 2017. № 2 (36). С. 234 – 239.

5. Вереньга Ю. В. Удосконалення фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення : автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Львів, 2015. 19 с.

6. Гусак О. Д. Формування психофізичної готовності військовослужбовців аеромобільних підрозділів до професійної діяльності у процесі фізичної підготовки: автореф. дис. ... канд. наук з фіз. вих. і спорту : 24.00.02. Львів, 2012. 20 с.

7. Домніцак В. В. Удосконалення спеціальної фізичної підготовки курсантів ВНЗ МВС України як компонента професійної готовності майбутніх офіцерів міліції. Право і безпека. 2012. № 1 (43). С. 222–226.

8. Зарубіжний досвід визначення рівня фізичної підготовленості працівників правоохоронних органів: аналіт. огляд. Бондаренко В. В. та ін. Київ, 2020. 64 с.

9. Зонов О. В., Большаков О. О. Функціональний тренінг "Кросфіт", його роль та перспективи в системі фізичної підготовки військовослужбовців в умовах ведення бойових дій. Інформаційні технології: наука, техніка, технологія, освіта, здоров'я. Information technologies: science, engineering, technology, education, health : тези доп. 27-ї міжнар. наук.-практ. конф. MicroCAD–2019, 15-17 травня. Харків, 2019. Ч. 5. С. 64.

10. Інструкція з організації фізичної підготовки в Національній гвардії України : С. В. Лещеня, І. П. Орленко, А. О. Мелешко, С. С. Забродський. За заг. ред. О. Н. Мальцева. Київ, 2014. 140 с.

11. Євтушов Ф. М. Вдосконалення процесу формування професійно-прикладних рухових навичок курсантів 1 курсу вищих навчальних закладів МВС України. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т. Г. Шевченка. Чернігів, 2012. № 102. Т. 2. С. 112–114.

12. Єрьоменко Е. А., Полторацький С. С. Військово-прикладний і бойовий хортинг у системі професійної підготовки допризовної молоді, військовослужбовців та правоохоронців. Шляхи удосконалення професійних компетентностей фахівців в умовах сьогодення : матер. міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. 28-29 травня 2020 р. Мін-во освіти і науки України, Держ. наук. установа «Інститут модернізації змісту освіти», Київ, 2020. С. 527–533.

13. Лигун Н. В. Професійно-психологічна підготовка працівників органів внутрішніх справ: основи та шляхи оптимізації. Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. 2013. Вип. 2. Режим доступу: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2013_2_23 (дата звернення 15.01.2020)

14. Максимчук Б. А., Горпинич Г. Ф., Лукін Б. П., Малолепший С. Б., Белошенко Ю. К. Методика розвитку функціональної готовності правоохоронців МВС України до дій у гірських умовах засобами спеціальної фізичної підготовки. Том 2. № 69. 2019. С. 40–52. DOI: <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2019/2/69/177920>

15. Мельник В. О. Удосконалення фізичної підготовки курсантів вищих військових навчальних закладів в польових умовах : дис. ... канд. наук з фіз. вих. та спорту : 24.00.02. Львів, 2019. 212 с.

16. Моргунов О. А., Яреценко О. А. Фізична підготовка курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання ВМС України. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. Харків, 2020. С. 177-179.

17. Моргунов О. А., Соколов О. А., Калюжний М. Г., Лозовий Є. А. Загальна фізична підготовка працівників Національної поліції України : метод. посіб., Харків. нац. ун-т внутр. справ; за заг. ред. В. В. Сокурєнка. Харків, 2017. 124 с.

18. Одеров А. М., Логінов Д. О. Методики перевірки та оцінювання фізичної підготовленості військовослужбовців як складова їх професійної підготовки. Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія: Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. 2013. Вип. 112 (2). С. 203–207.

19. Откидач В., Золочевський В., Куришко Є. Теоретичний аналіз організації спеціальної фізичної підготовки курсантів засобами військово-спортивних багатоборств. Фізична культура, спорт та здоров'я нації. 2019. Вип. 8. С. 195-202.

20. Потопа М. О. Особливості фізичної підготовки майбутніх працівників національної поліції України як складова службової підготовки. 36. матер. наук.-практ. конф. «Гуманітарні та природничі науки: актуальні питання». м. Івано-Франківськ, 25-26 жовтня 2019 р. С. 172-175.

21. Приступа Є. Н., Романчук С. В. Військові багатоборства та військово-прикладні види спорту в системі підготовки фахівців Збройних Сил України. Вісник Кам'янець-Подільського нац. ун-ту імені Івана Огієнка. Серія: Фізичне виховання, спорт та здоров'я людини. 2012. Вип. 5. С. 223–230.

22. Пронтенко К. В., Русанівський С. В., Безпалый С. М., Запорожанов О. В., Юр'єв С. О., Штома В. Д., Корнійчук Ю. М. Професійно важливі фізичні якості курсантів – майбутніх фахівців технічних спеціальностей. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 15 : Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : зб. наук. праць. Київ, Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2019. Вип. 11 (119). С. 138-142.

23. Саморок М. Г., Оленченко В. В., Воронін А. І., Корольов А. І., Сокова Т. В. Формування військово-прикладних навичок майбутніх офіцерів національної гвардії України до дій в умовах гірського рельєфу. Теорія і методика професійної освіти. Інноваційна педагогіка. 2019. Вип. 18 (2). С. 84 – 89. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085-2019-18-2-17>

24. Старчук О. О., Пронтенко В. В. Критерії відбору з фізичної підготовки та психологічного тестування військовослужбовців для підрозділів сил спеціальних операцій. Матеріали наук.-практ. конф. Фізична підготовка особового складу Збройних сил, інших військових формувань та правоохоронних органів України: досвід, сучасність, проблеми та перспективи розвитку. Київ: МОУ; 2014. С. 96–101.

25. Чупрінова Н. Ю. Методологічні аспекти «американської моделі» підготовки воїнів-професіоналів армій країн НАТО (до питання реформування системи підготовки українського війська за стандартами Альянсу). Збірник тез доповідей

VIII науково-практичної конференції «Наукове забезпечення службово-бойової діяльності національної гвардії України. Актуальні проблеми морально-психологічного та правового забезпечення службово-бойової діяльності Національної гвардії України. 2017. С. 171–172.

26. Crawley A., Ross A. Sherman, William R. Crawley, and Ludmila M. Cosio-Lima. Physical Fitness of Police Academy Cadets: Baseline Characteristics and Changes During a 16-Week Academy Amy. *Journal of Strength and Conditioning Research*. 2016 May; 30(5). P. 1416–1424. doi: 10.1519/JSC.0000000000001229

27. Lisowski V.O., Mihuta Yu Importance of coordination skills essential psychophysical demonstrated competencies as a military specialists. *Physical Education of Students*. 2013. 6. P. 38–42.

28. Lockie RG, Moreno MR, Cesario KA, McGuire MB, Dawes JJ, Orr RM, Dulla JM. The effects of aerobic fitness on day one physical training session completion in law enforcement recruits. *J Trainol*. 2019. 8(1). P. 1–4.

29. McNab C. *Special Forces extreme fitness. Military workouts and fitness challenges for maximizing performance*. New York; 2014. 320 p.

30. Miller Brian S. *Improving resilience among law enforcement officers* Monterey, CA; Naval Postgraduate School Calhoun: The NPS Institutional Archive DSpace Repository. Theses and Dissertations. 2020. P. 64 – 66.

31. Robert G. Lockie, Rodney P. Pope, Olivia Saaroni, Joseph M. Dulla, J. Jay Dawes, and Robin M. Orr. Job-Specific Physical Fitness Changes Measured by the Work Sample Test Battery within Deputy Sheriffs between Training Academy and their First Patrol Assignment *Int J. Exerc. Sci*. 2020. 13(4). – P. 1262–1274.

References

1. Bazylevych, N.O and Tonkonog, O.S (2019). Organizational and methodological features of the use of athletics in the physical training of employees of the national police of Ukraine. *Scientific Journal of the National. ped. un-tu them. M.P. Dragomanova, Scientific and pedagogical problems of physical culture*, 11K(119). pp. 15-19.

2. Bilan, D. A., Lipka Ya. V. (2020). The problem of the level of physical training of cadets of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, *Public communication in science: philosophical, cultural, political, economic and IT context*. V. 5. Houston, USA. pp. 96-98.

3. Bilobrova, T.G., Bykovska, A.M. (2020). Improvement of special physical training of freelance cadets with specific training conditions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. *Development of science and technology: problems and prospects: a collection of abstracts of the All-Ukrainian scientific-practical Internet conference. on the occasion of the Day of Science – 2020 in Ukraine (Kyiv, May 21, 2020)*. Kyiv. State Research Institute of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, pp. 405 – 407.

4. Bogunov, S.O., Chernykh, Y.O., Chernykh, O.B. (2017). Fundamentals of organization and functioning of the system of military education in Great Britain – analytical review. *Military Education*. № 2 (36). P. 234 – 239.

5. Verenga Yu.V. (2015). *Improving the physical training of employees of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine at the stage of professional development: author's ref. dis. ... cand. Sciences in phys. ed. and sports: 24.00.02*. Lviv, 19 p.

6. Gusak, O.D. (2012). *Formation of psychophysical readiness of servicemen of airmobile subdivisions for professional activity in the process of physical training: author's ref. dis. ... Cand. Sciences in phys. education and sports: 24.00.02*. Lviv. 20 p.

7. Domnitsak, V.V. (2012). Improvement of special physical training of cadets of universities of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine as a component of professional readiness of future police officers. *Law and Security*. № 1 (43). pp. 222–226.

8. Foreign experience in determining the level of physical fitness of law enforcement officers: analyst. review V.V. Bondarenko, V.A. Didkovsky, N.Yu. Khudyakova and others. Kyiv, 2020. 64 p.

9. Zonov, O.V., Bolshakov, O.O., (2019). Functional training "Crossfit", its role and prospects in the system of physical training of servicemen in terms of combat operations. *Information technologies: science, technology, education, health. Information technologies: science, engineering, technology, education, health. 27th International scientific-practical conf. MicroCAD – 2019, 15-17 May 2019. Part 5. Kharkiv, 64p.*

10. *Instruction on the organization of physical training in the National Guard of Ukraine, (2014)*. S.V. Leshchenya, I.P. Orlenko, A.O. Meleshko, S.S. Zabrodskyy. For the general. ed. deputy employee phys. cult. and sports of Ukraine O.N. Maltseva. Kyiv, 140 p.

11. Yevtushov, F.M. (2012). Improving the process of formation of professional and applied motor skills of cadets of the 1st year of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine [Text]. *Visnyk of Chernihiv National Pedagogical University*. TG Shevchenko. Chernihiv ChDPU, № 102. Vol. 2. pp. 112–114.

12. Eremenko, E.A. Poltoratsky, S.S. (2020). Military-applied and combat horting in the system of professional training of conscription youth, servicemen and law enforcement officers. *Ways to improve the professional competencies of specialists in today's conditions: mater. international scientific-practical Internet conference May 28-29, 2020 / Ministry of Education and Science of Ukraine, Gos. Science. institution "Institute for Modernization of the Content of Education", [etc.]*. Kyiv, pp.527–533.

13. Ligon, N.V. (2013). Professional and psychological training of employees of internal affairs bodies: basics and ways of optimization. *Bulletin of the National Academy of the State Border Guard Service of Ukraine*. Vol. 2. Access mode: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Vnadps_2013_2_23

14. Maksymchuk, B.A., Gorpynych, G.F., Lukin, B.P., Malolepshiy, S.B., Beloshenko, Yu.K., (2019). Methods of development of functional readiness of militiamen of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine to actions in mountain conditions by means of special physical training. *Volume 2, № 69*. pp. 40 – 52. DOI: <https://doi.org/10.33405/2078-7480/2019/2/69/177920>

15. Melnyk, V.O., (2019). Improving the physical training of cadets of higher military educational institutions in the field: dis. ... Cand. Sciences of phys. education and sports: 24.00.02. Lviv. 212 p.

16. Morgunov, O.A., Yareshchenko, O.A., (2020). Physical training of cadets of higher education institutions with specific training conditions of the Ukrainian Navy, Preparation of police officers in terms of reforming the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. *Kharkiv*, pp. 177-179.

17. Morgunov, O.A., Sokolov, O.A., Kalyuzhny, M.G., Lozovyj, E.A., (2017). General physical training of employees of the National Police of Ukraine. Method. recom. Ministry of Internal Affairs of Ukraine, Kharkiv. nat. University of Internal Affairs Affairs, F-t № 2, Dept. special phys. training; for general ed. V.V. Сокурєнка. Kharkiv, 124 p.
18. Oderov, A.M., Loginov, D.O., (2013). Methods of testing and evaluation of physical training of servicemen as a component of their professional training. Bulletin of the Chernihiv National Pedagogical University. Pedagogical sciences. Physical education and sports. Vol. 112(2). pp. 203–207.
19. Otkidach, V., Zolochovsky, V., Kuryshko, E., (2019). Theoretical analysis of the organization of special physical training of cadets by means of military-sports all-around. Physical culture, sports and health of the nation. (8). pp. 195-202. ISSN 2071-5285
20. Potopa, M.O., (2019). Peculiarities of physical training of future employees of the national police of Ukraine as a component of service training. Coll. mater. scientific-practical conf. "Humanities and Natural Sciences: Current Issues". Ivano-Frankivsk, October 25-26, pp. 172-175.
21. Prystupa, E.N., Romanchuk, S.V. (2012). Military all-around and military-applied sports in the system of training specialists of the Armed Forces of Ukraine. Visnyk of Kamyanets-Podilsky National University named Ivan Ogienko University. Physical education, sports and human health. Vol. 5. pp. 223–230.
22. Prontenko, K.V., Rusanivsky, S.V., Bezpaly, S.M., Zaporozhanov, O.V., Yuriev, S.O., Shtoma, V.D., Korniychuk, Yu.M., (2019). Professionally important physical qualities of cadets – future specialists of technical specialties. Scientific journal of the National Pedagogical University named after MP Drahomanov. Scientific and pedagogical problems of physical culture. Kyiv MP Drahomanov National Pedagogical University Publishing House, Issue. 11. pp. 138-142.
23. Samorok, M.G., Olenchenko, V.V., Voronin, A.I., Korolev, A.I, Sokova, T.V., (2019). Formation of military-applied skills of future officers of the National Guard of Ukraine to actions in the conditions of mountain relief. Theory and methods of vocational education. Innovative pedagogy. Vol. 18 (2). pp. 84 – 89. DOI <https://doi.org/10.32843/2663-6085-2019-18-2-17>
24. Starchuk, O.O., Prontenko, V.V., (2014). Selection criteria for physical training and psychological testing of servicemen for special operations forces. Physical training of personnel of the Armed Forces, other military formations and law enforcement agencies of Ukraine experience, modernity, problems and prospects of development. Materials of scientific-practical. Conf. November 26–28, Kyiv. pp. 96–101.
25. Chuprinova, N.Yu., (2017). Methodological aspects of the "American model" of training professional soldiers of NATO armies (on the issue of reforming the training system of the Ukrainian army according to Alliance standards), Proceedings of the VIII scientific-practical conference "Scientific ensuring the service and combat activities of the National Guard of Ukraine. Actual problems of moral-psychological and legal support of service-combat activity of the National Guard of Ukraine. pp. 171 – 172.
26. Crawley, A., Ross, A. Sherman, William, R. Crawley, and Ludmila, M. Cosio-Lima. (2016). Physical Fitness of Police Academy Cadets: Baseline Characteristics and Changes During a 16-Week Academy Amy // Journal of Strength and Conditioning Research. 2016 May; 30 (5). pp. 1416–1424. doi: 10.1519 / JSC.0000000000001229
27. Lisowski, V.O., Mihuta, Yu., (2013). Importance of coordination skills essential psychophysical demonstrated competencies as a military specialists, Physical Education of Students. 6. pp. 38–42.
28. Lockie, R.G., Moreno, M.R., Cesario, K.A., McGuire, M.B., Dawes, J.J., Orr, R.M., Dulla, J.M., (2019). The effects of aerobic fitness on day one physical training session completion in law enforcement recruits. J Trainol. 8(1). pp. 1–4.
29. McNab, C., (2014). Special Forces extreme fitness. Military workouts and fitness challenges for maximizing performance. New York; 320 p.
30. Miller, Brian S. (2020). Improving resilience among law enforcement officers Monterey, CA; Naval Postgraduate School Calhoun. The NPS Institutional Archive DSpace Repository. Theses and Dissertations. pp. 64 – 66.
31. Robert, G. Lockie, Rodney, P. Pope, Olivia, Saaroni, Joseph, M. Dulla, J. Jay, Dawes, and Robin, M. Orr. (2020). Job-Specific Physical Fitness Changes Measured by the Work Sample Test Battery within Deputy Sheriffs between Training Academy and their First Patrol Assignment Int J. Exerc. Sci. 13(4). pp. 1262–1274.

DOI 10.31392/NPU-nc.series 15.2021.3(133).20
УДК: 796:[37.018.43:[004+654.197]-057.875

Петренко О. П.
к. пед. н.

асистент кафедри фізичного виховання і спорту, Сумський державний університет, м. Суми

Торкіна А.О.

студентка, Сумський державний університет, м. Суми

ВИКОРИСТАННЯ ВІДЕОЗАПИСІВ ПРИ ОРГАНІЗАЦІЇ РЕКРЕАЦІЙНИХ ЗАНЯТЬ ЗІ СТУДЕНТАМИ

Однією із важливих сфер, яка зазнала найсуттєвіших змін через епідемію та обумовлені нею карантинні заходи являє собою освіта. Необхідність швидко змінити форми проведення занять стала справжнім випробуванням для викладачів виконавських дисциплін спортивного спрямування, і спонукала до пошуку та експериментів у застосуванні інформаційних технологій і технічних засобів в освітньому процесі.

Дистанційна форма навчання стала основною в умовах глобального карантину. Тому дана проблема спонукала на розгляд у статті таких питань, як методика підготовки та проведення практичних занять, а також застосування таких інформаційних технологій і технічних засобів, як відеопродукти, мультимедійні презентації, енциклопедії, тренажери та ігри, які застосовуються в освітньому процесі студентів і спонукають до його покращення.