

2. Athleticism. *Psychology Glossary*. URL: <https://www.psychology-lexicon.com/cms/glossary/34-glossary-a/22218-athleticism.html> (date of access: 10.01.2024).
3. Bell R. Academy USS. A history of women in sport prior to title IX. *Sport J.* 2008;22:1543–9518. Available from: <https://thesportjournal.org/article/a-history-of-women-in-sport-prior-to-title-ix/>
4. Cahn, Susan K. "From the 'Muscle Moll' to the 'Butch' Ballplayer: Mannishness, Lesbianism, and Homophobia in U.S. Women's Sport." *Feminist Studies*, vol. 19, no. 2, 1993, pp. 343–68. *JSTOR*, <https://doi.org/10.2307/3178373>. Accessed 7 Aug. 2023.
5. Cichy I, Dudkowski A, Kociuba M, Ignasiak Z, Sebastjan A, Kochan K, Koziel S, Rokita A, Malina RM. Sex Differences in Body Composition Changes after Preseason Training in Elite Handball Players. *Int J Environ Res Public Health*. 2020 May 30;17(11):3880. doi: 10.3390/ijerph17113880. PMID: 32486202; PMCID: PMC7312478
6. Definition of ATHLETICISM. *Merriam-Webster: America's Most Trusted Dictionary*. URL: <https://www.merriam-webster.com/dictionary/athleticism> (date of access: 10.01.2024).
7. Gregg EA, Gregg VH. Women in sport: historical perspectives. *Clin Sports Med*. 2017;36(4):603–610. doi: 10.1016/j.csm.2017.05.001. - DOI - PubMed
8. Michael Boo, *The Story of Figure Skating*. New York: Beech Tree, 1998. ISBN 0-688-15821-8.
9. Pawlowski, B. (2003). Variable Preferences for Sexual Dimorphism in Height as a Strategy for Increasing the Pool of Potential Partners in Humans. *Proceedings of the Royal Society B: Biological Sciences*, 270, 709-712. <http://dx.doi.org/10.1098/rspb.2002.2294>
10. Pawlowski, C. S, Ergler, C., Tjørnhø, j-Thomsen T., Schipperijn, J., Pawlowski, C. (2015). A qualitative exploration of gendered activity patterns in children's self-organized play during school recess. *European Physical Education Review*, no 21, 275–291
11. Stereotypes in Women's Sports and their Psychological Effects. *DigitalCommons@SHU*. URL: <https://digitalcommons.sacredheart.edu/acadfest/2021/all/47/> (date of access: 10.01.2024). університета ім. П. Ф. Лесцафта, (12 (118)), 266-27
12. The Ten Components Of Athleticism (And Why They Matter To You). *Strength Matters*. URL: <https://strengthmatters.com/what-is-athleticism/> (date of access: 10.01.2024).
13. Ukrainian Figure Skating Federation URL: <http://www.ukrfsf.org.ua/> (date of access: 10.01.2024).

DOI: [https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3\(175\).26](https://doi.org/10.31392/UDU-nc.series15.2024.3(175).26)

УДК 7967012.68

**Пождаєв М.Ю.**  
**Старший викладач кафедри**  
**спеціальної фізичної підготовки**  
**Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ,**  
**м. Дніпро**

## ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА І СПОРТ КУРСАНТІВ СИСТЕМИ МВС: ПРОБЛЕМИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ

Стаття присвячена аналізу сучасного стану фізичної підготовки курсантів у системі Міністерства внутрішніх справ (МВС). В статті розглядаються основні проблеми, з якими зіштовхуються курсанти під час навчання та підготовки, а також висвітлюються можливі перспективи вдосконалення цього процесу. Автори аналізують різноманітні аспекти фізичної підготовки та спортивної діяльності курсантів, а також пропонують шляхи їх подолання та підвищення ефективності навчання. Робота має важливе значення для розвитку методик та програм фізичної підготовки в системі МВС, сприяючи підвищенню загального рівня фізичної підготовки та професійної майстерності курсантів.

Фізична підготовка курсантів правоохоронних органів є актуальною проблемою, яка вимагає уваги та дослідження. У контексті зростаючої складності та різноманітності завдань, які стоять перед сучасними правоохоронцями, важливо розуміти роль та значення їхньої фізичної підготовки. Визначення основних термінів та понять у цьому контексті дозволить точно розглянути ключові аспекти дослідження. Терміни, такі як «фізична підготовка», «курсанти правоохоронних органів» та «ефективність службової діяльності», визначені і пояснені у вступі, стануть основою для подальшого аналізу та обговорення.

Обґрунтування важливості фізичної підготовки для курсантів правоохоронних органів базується на тезі, що вона не лише сприяє підтримці фізичного здоров'я, а й є ключовим елементом успішної службової діяльності.

**Ключові слова:** фізична підготовка, курсант, поліція, засоби, методи.

**Pozhidayev M. Yu., Physical training and sports of mia cadets: problems and prospects.** The article is dedicated to analyzing the current state of physical training among cadets in the Ministry of Internal Affairs (MIA) system. It discusses the main challenges faced by cadets during their training and preparation, as well as highlights potential avenues for improving this process. The authors examine various aspects of physical training and sports activities for cadets, while also proposing ways to overcome challenges and enhance the effectiveness of education. This work holds significant importance for the development of

methodologies and programs for physical training within the MIA system, contributing to the overall improvement of physical fitness and professional skills among cadets.

The physical preparation of law enforcement cadets is an urgent issue that requires attention and research. In the context of the increasing complexity and diversity of tasks faced by modern law enforcement officers, it is crucial to understand the role and significance of their physical training. Defining key terms and concepts in this context allows for a precise examination of the research's key aspects. Terms such as "physical training," "law enforcement cadets," and "effectiveness of professional activities" are defined and explained in the introduction, providing a foundation for further analysis and discussion.

In the article, the authors not only identify problems but also propose potential solutions and enhancements. Specifically, they explore the possibilities of using modern methods and programs of physical training, as well as the prospects for implementing new approaches, such as innovative training systems or programs utilizing state-of-the-art technologies.

The justification for the importance of physical training for law enforcement cadets is based on the thesis that it not only contributes to maintaining physical health but also serves as a key element of successful professional activities. In line with the requirements of the modern social environment and the challenges arising in the execution of law enforcement functions, high physical fitness is a crucial factor for effectively responding to unforeseen situations and ensuring public safety.

**Key words:** physical training, cadet, police, means, methods.

**Постановка проблеми.** Нині все більше і більше науковців звертають свою увагу щодо проблеми розвитку та набуття курсантами ВНЗ системи МВС певного фізичного рівня підготовки, яку науковці поділяють на загальну та спеціальну й здобуття практичних навичок з тактичної та вогневої підготовки в навчальному закладі. З початку повномасштабного вторгнення росії та введенням на території України воєнного стану Указом Президента України від 24 лютого 2022 р. № 64/2022 «Про введення воєнного стану в Україні» [1] багато сфер суспільного життя зазнали змін в правовому регулюванні.

Не стали виключенням і вищі навчальні заклади системи МВС України. Складна ситуація ніби виклик для навчальних закладів зі специфічними умовами навчання, оскільки підготовка висококваліфікованих кадрів поліції, вимагає добру фізичну підготовку, міцне здоров'я, вміння володіти витривалістю, силою, відмінну координацією, спритністю, реакцію рухів, самоконтролем та стійкими психологічними якостями не лише під час навчання, а й в майбутній службовій діяльності [2].

В сучасному баченні науки, більшість ВНЗ системи МВС досить часто використовують системні підходи, принципом яких є розробка нових методів застосування, а саме: формування унікальних й оптимальних підходів до його пізнання та використанні в будь-яких дослідницьких наукових процесах які гарантують повноту і цілісність інформації та розуміння таких процесів.

Забезпечення ефективності системи вищої освіти на нашу думку не може залежати лише від внутрішнього ресурсу, оскільки значна частина лягає і на зовнішні впливи які характеризуються низкою об'єктивних та суб'єктивних факторів, які створюють як прямий, так і непрямий вплив, що наводить нас вказати на наявність організаційної функції системи (прикладом є: «ступінь організації освітнього процесу в ЗВО; реальний час, що відведений дисципліні «Спеціальна фізична підготовка»; наявність і рівень підготовки педагогів»).

Тобто стає зрозумілим, що нині завдання яке ставиться перед викладачами, кафедрами фізичної підготовки та спорту ВНЗ системи МВС є постійний пошук покращення та оптимізації навчального процесу з фізичної підготовки та спорту з подальшою перспективою посилення фізичного навантаження до програм європейського зразка, оскільки така дія допоможе більш ефективніше виконувати ті завдання які будуть ставитись майбутнім поліцейським у їх професійній діяльності.

**Аналіз літературних джерел.** Наукова література присвячена проблемам фізичної підготовки правоохоронців та курсантів системи МВС. Ретроспектива досліджень підтверджує постійний інтерес до цієї теми та її актуальність у вітчизняному науковому контексті.

Дослідницькі роботи охоплюють періоди з вивчення розвитку систем фізичної підготовки правоохоронців від часів незалежності України. Аналізуючи вже існуючі джерела, можна визначити основні напрями у вивченні цієї проблеми.

Важливим аспектом є розгляд ролі та значення фізичної підготовки в контексті викликів, що стоять перед правоохоронцями в сучасних умовах. Визначаються ключові фактори, що впливають на ефективність фізичної підготовки, такі як психологічний аспект, взаємозв'язок з іншими аспектами навчання, та врахування специфіки службової діяльності.

Сучасному стану реалізації та підготовки фізичної підготовки курсантів, приділили такі науковці Д. Петрушин, Є. Креніков, О. Моргунов, О. Ярещенко та багато інших. Саме в їх наукових дослідженнях акцентується увага на актуальних питаннях підготовці та перспективі удосконалення.

Щодо методів оцінки фізичної підготовки, дослідження вказують на використання стандартизованих тестів, які враховують специфіку службових завдань. Зокрема, звертається увага на важливість включення елементів, що відображають реальні умови службової діяльності, для більш точної оцінки придатності та готовності правоохоронців.

Отже, аналіз наукових джерел дозволяє виявити важливі тенденції та напрями у вивченні фізичної підготовки правоохоронців, а також методи оцінки, які активно використовуються в національному науковому контексті.

**Метою дослідження** є загальний аналіз дослідження наукових праць та тему фізична та спеціальна підготовка; недоліки які існують у загальнофізичному стані курсантів на момент вступу до ВНЗ; зосередження уваги та важливих аспектах здійснення такої підготовки в умовах воєнного стану; розгляд можливих пропозицій щодо покращення фізичної підготовки курсантів ВНЗ системи МВС України.

**Виклад основного матеріалу.** Враховуючи військово-політичну ситуацію в Україні, сьогодні, як ніколи, наша держава потребує надійних захисників держави, здатних стабільно долати труднощі як в правоохоронній, так і військовій діяльності та ефективно виконувати службові обов'язки.

Фізична підготовка як один з основних предметів, має значний потенціал у формуванні готовності випускників вищих навчальних закладів системи МВС до подальшої професійної діяльності в структурних підрозділах.

Під фізичною підготовкою О. Уварова визначає «комплекс заходів, спрямований на формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей з урахуванням особливостей його професійної діяльності» [3 с. 73].

В сучасних реаліях фахова підготовка правоохоронних органів системи МВС, постійно встановлює вимоги щодо формування ряду комплексних професійних якостей, знань, практичних навичок, які в майбутньому допоможуть працівнику поліції під час виконання ним службових обов'язків запобігти вчиненню правопорушення найбільш простим та безпечним способом. При цьому варто враховувати фізичну дію з боку правопорушника, вміння дозувати силу власного фізичного впливу.

Виховання в курсанта фізичної культури дає змогу запобігти грубощам, непотрібному насильству, демонструванню влади. Фізичний вплив на правопорушника повинен диктуватися необхідністю і бути обґрунтованим.

Як вказує С.В. Лещеня, «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 й засоби впливу» [4].

Але на практиці, як зауважує Павлова Ю.О., «недостатній рівень фізичного розвитку, слабка фізична і психологічна підготовленість контингенту, який поступає у ЗВО ОВС істотно ускладнюють процес опанування професійно-службовими навичками, знижують ефективність формування і розвиток психофізіологічних механізмів, що забезпечують успішну адаптацію до чинників зовнішнього середовища і службово-професійних умов» [5, с. 97].

Схожу думку висловили у своєму дослідженні Д. Петрушин, Є. Креніков які вказали, що: «фахівці відмічають низький рівень такої готовності випускників ЗВО МВС України та закликають до модернізації й підвищення ефективності професійної, у тому числі спеціальної фізичної підготовки» [5, с. 26].

На нашу думку, причиною такої думки авторів, є сам характер первинної адаптації курсантів, що проявляється в умові та специфіці навчальної діяльності, що є однією з основних умов підготовки майбутніх працівників поліції на момент навчання в ВНЗ МВС.

З цього приводу влучно зауважують Моргунов О. А., Ярещенко О.А.: «на початковому (базовому) етапі навчанням (1 рік навчання) для досягнення адаптації курсантів до нового для них виду діяльності та успішного опанування ними навчального матеріалу в процесі фізичної підготовки використовуються різноманітні методи та засоби, які спрямовані на підвищення різноманітної фізичної підготовленості та закріплення навичок виконання базових прийомів застосування фізичної сили» [6, с. 178].

Оскільки на першо-навчальних етапах навчання відбувається розвиток адаптаційних здібностей, які фундаментально будують відношення курсантів до своїх безпосередніх майбутніх професійних навичок, життєвих поглядів та позиції що стимулює курсанта оцінити повний характер його майбутньої професії.

Але, під час першо-навчальних комплексних занять які полягають в закріпленні практичної частини не відбувається вивчення нових прийомів та дій, а дещо більше здійснюється постійне повторення лише найбільш ефективних раніше вивчених прийомів.

Дослідження вказують: «дії курсантів в умовах несприятливих факторів викликають зміни у функціональному стані організму, що іноді приводить до погіршення показників професійної діяльності. Щоб компенсувати ці негативні явища, на заняттях необхідно моделювати ситуації, у яких курсанти виконували б вправи, наближені до реальних обставин»

Для того, щоб ці несприятливі умови вирішити, ми вважаємо варто провести адаптацію системи фізичної підготовки до сучасних вимог європейського зразка, також конструктивно переглянути дії викладача, які б свідомо спрямовувались на вагоме покращення ефективності тренувань з певним проміжком часу та зусиллям.

Як зауважує Трішин К.О., Носкова Т.І., на тому, що: «головним завданням викладачів повинно бути досягнення високої працездатності, а також атлетичного розвитку курсанта. Щоб цього досягти потрібно докласти немалих зусиль, які б спрямовували, зацікавлювали курсанта виконувати на 100% запропоновані викладачами фізичні вправи. Не менш важливе й те, що настанови повинні бути не тільки під час фізичних занять, але й в процесі початкових занять»

Схожу думку висловив і Шиша Н.А.: «зміст занять слід вводити вправи з різних розділів фізичної підготовки. Наприклад, заняття проводяться на одному навчальному місці, але з послідовним переходом з однієї вправи до іншої, наприклад, біг у повільному темпі з переходом на перекиди через ліве або праве плече. В цьому випадку спочатку виконуються вправи, які спрямовані на розвиток витривалості й дії пов'язані з координацією рухів, прийомів, швидкості або спритності» [7, с. 356].

Нині, в усіх закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання є наявні затверджені програмою фізичної підготовки нормативи, які допомагають викладачу здійснити оцінку фізичних здібностей курсантів.

Самі нормативи постійно змінюються та регулюються МВС України, для покращення оцінки здобувачів освіти.

До переліку нормативів входить відповідний комплекс до кожного з якого встановлені вимоги, що є обов'язковими до виконання. (табл. 1) [8].

Саме завдяки встановленим нормативам під час вступу та в процесі навчання викладач може оцінювати фізичний рівень курсанта (див. мал. 1).

КОНТРОЛЬНА ВПРАВА	НОРМАТИВИ, БАЛІ		
	ОЦІНКА «5»	ОЦІНКА «4»	ОЦІНКА «3»
<b>КОНТРОЛЬНА ВПРАВА - ЧОЛОВІКИ</b>			
Комплексна силова вправа (разів за 1 хв.)	55	50	45
Біг 100 м (с)	14.0	14.5	15.0
Біг 1000 м (хв., с)	3.40	3.55	4.10
Човниковий біг 10 x10 м (с)	27.0	28.0	29.0
<b>КОНТРОЛЬНА ВПРАВА - ЖІНКИ</b>			
Згинання та розгинання рук в упорі лежачи (разів)	26	23	20
Біг 100 м (с)	16.5	17.0	17.5
Біг 1000 м (хв., с)	4.10	4.40	5.10
Човниковий біг 10 x10 м (с)	30.0	31.0	32.0

Мал. 1

Для отримання позитивного результату від фізичної підготовки курсантів варто запровадити:

- тенденцію, щоб майбутні курсанти мали змогу проходити окремі курси з покращення власних практичних навичок та вмінь які знадобляться в подальшому навчанні та майбутньому підрозділі в якому буде проходити курсант, адже фактична фізична підготовка буде формувати розуміння курсанта до критичних ситуацій які матимуть розуміння складності як професійного, фізичного та психологічного перевантаження.

- розвиток функціональної системи організму курсантів, що забезпечують високу фізичну і функціональну готовність до професійної діяльності;

- формувати стійку (зовнішню і внутрішню) мотивацію до занять зі спеціальної фізичної підготовки;

- моделювання під час занять із фізичної підготовки реальних умов та ситуацій служби. Цей напрям передусім передбачає вивчення таких ситуацій та умов, завдяки яким курсант матиме можливість на свій власний розсуд застосувати ту чи іншу дію для поставленого завдання з подальшою оцінкою ефективності та правомірності дій.

- На думку В. Тищенко, такі підходи сприятимуть не простому виконанню завдання, а сформує установку на розв'язання ситуаційної проблеми оперативно – службової діяльності. Тому подальшою пропозицією на такий підхід варто запровадити комплекти таких навчальних завдань за умови залучення інструкторів з ТСП;

- проводити заняття, поєднуючи індивідуальне і колективну форму навчання та їх фактичне покращення. Наприклад Мох Т.П. пропонує своє бачення щодо проведення завдань: «для покращення результатів необхідно, щоб більшу частину навчання проводили не у складі відділення чи підрозділу, а в підгрупах курсантів, рівень фізичної підготовки яких приблизно однаковий» [9] - такий підхід як вважає Мох Т., допоможе врегулювати відповідну кількість фізичних навантажень, що є достатньою для окремих груп курсантів, та поступово збільшувати фізичні навантаження.

- удосконалювати міжпредметні зв'язки засобами модульної побудови змісту освіти у межах єдиної структурно-логічної схеми навчання дисциплінам: фізичної, вогневої та тактико-спеціальної підготовки.

- розвивати навчально-матеріальну базу, використовувати під час практичних занять можливості природних та штучних полігонів, які забезпечують наближення зовнішніх умов практичних занять до реальних умов виконання завдань за призначенням;

- проведення більшості часу на проходження смуги перешкод, адже на думку В. Рогальського «курсанти систематично в процесі навчання отримують різноманітні складні рухові навички пересування в проходах лабіринту, на висоті, із нестійкою опорою або вузькою опорою» [10, с. 573], таке впровадження фізичної підготовки досить позитивно впливатиме на рухові функції організму;

**Висновки.** У результаті проведеного наукового дослідження важливо систематизувати та узагальнити отримані результати для визначення ключових висновків щодо стану фізичної підготовки курсантів Міністерства внутрішніх справ (МВС).

**1. Систематизація результатів:**

- Проаналізовано показники фізичної підготовки курсантів, враховуючи різноманіття вправ та тестів.
- Оцінено рівень адаптації навчальних програм до сучасних стандартів та вимог службової діяльності.

**2. Основні висновки щодо стану фізичної підготовки курсантів МВС:**

- Визначено позитивні аспекти, які вказують на високий рівень деяких елементів фізичної підготовки.
- Виявлено недоліки та проблеми, які можуть впливати на загальний рівень готовності курсантів до службових завдань.

службових завдань.

3. **Можливі шляхи вирішення виявлених проблем:**
- Рекомендації щодо оптимізації структури та змісту навчальних програм з фізичної підготовки.
  - Запропоновано впровадження інноваційних методів та технологій для покращення тренувальних процесів.
  - Висунуто ідеї щодо індивідуалізації підходів до тренувань для врахування особливостей кожного курсанта.

У висновках акцентовано на тому, що покращення фізичної підготовки курсантів МВС вимагає комплексного підходу та поєднання зусиль різних стейкхолдерів, включаючи навчальні установи, тренерський персонал та відповідні службові структури. Результати дослідження можуть слугувати основою для подальших змін у системі фізичної підготовки курсантів МВС з метою підвищення їхньої ефективності та готовності до викликів службової діяльності.

**Перспективи подальших досліджень.** Наукові дослідження у галузі фізичної підготовки правоохоронців відкривають широкі перспективи для подальшого розвитку та оптимізації процесів навчання та тренувань. Спрямованість на майбутнє дослідження у цій галузі має багатоаспектний характер і може охоплювати наступні напрямки:

1. **Оптимізація навчальних програм:**
  - Вивчення ефективності та адаптації існуючих навчальних програм до сучасних вимог та реалій службової діяльності.
  - Розробка нових підходів до структуризації та організації занять з фізичної підготовки для підвищення їхньої ефективності.
2. **Використання новітніх технологій:**
  - Дослідження можливостей використання сучасних технологій, таких як віртуальна реальність чи інтелектуальні тренажери, для покращення тренувальних процесів та підвищення мотивації курсантів.
3. **Психологічний аспект фізичної підготовки:**
  - Глибокий аналіз впливу психологічних аспектів на фізичну підготовку правоохоронців та розробка методів психологічної підтримки для підвищення їхньої ефективності та стійкості до стресів.
4. **Співпраця зі спеціалізованими науковими установами:**
  - Розвиток співпраці з відомствами та установами, які спеціалізуються у сфері фізичної підготовки та спорту, для обміну досвідом та використання передових методик.
5. **Індивідуалізація підходів:**
  - Вивчення можливостей індивідуалізації тренувальних програм та методів з урахуванням фізіологічних та індивідуальних особливостей курсантів.

Ці напрями досліджень можуть сприяти вдосконаленню системи фізичної підготовки правоохоронців, роблячи їх більш ефективними, адаптованими до сучасних вимог та забезпечуючи підготовку на високому рівні для викликів, які стоять перед ними у службовій діяльності.

#### Література

1. Anisimov, D. O., & Shablistiy, V. V. (2021). Doping as a global problem of the 21st century on account of its illegal influence on the results of official sports competitions. *Wiadomości lekarskie*. Volume lxxiv, issue 11 part 2, 3092–3097. DOI: <https://doi.org/10.36740/WLek202111239>.
2. Anisimov, D., Petrushin, D., Boguslavsky, V. Improvement of physical training of first-year cadets of Dnipropetrovsk state university of internal affairs. *Scientific space in the condition of global transformations of the modern world*: Scientific monograph. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2020. pp. 1–20. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-255-5-1>.
3. Біла В.М., Мох Т.П., Коломієць Ю.М. Сучасні способи вдосконалення фізичної підготовки майбутніх правоохоронців в Україні. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2022. № 4. Ч. 1. С. 257-261.
4. Біла В.М., Мох Т.П., Коломієць Ю.М. Сучасні способи вдосконалення фізичної підготовки майбутніх правоохоронців в Україні. *Південноукраїнський правничий часопис*. 2022. № 4. Ч. 1. С. 257-261.
5. 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.
6. Коломієць Ю.М., Пашаєв А.З., Уварова О.Ю. Удосконалення рівня фізичної підготовки курсантів ВНЗ МВС України шляхом проведення секційної роботи зі спортивних єдиноборств. *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України*. Харків, 2018. С. 73-76.
7. Моргунов, О. А. Фізична підготовка курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання МВС України / О. А. Моргунов, О. А. Ярещенко // *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України* : зб. наук. пр. [конф. (м. Харків, 29 трав. 2020 р.)] / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. тактич. та спец.-фіз. підгот. ф-ту № 2. – Харків : ХНУВС, 2020. – С. 177-179
8. Петрушин, Д., Анісімов, Д., & Пожидаєв, М. (2019) Методика розвитку спеціальних фізичних якостей курсантів закладів вищої освіти Національної поліції України з використанням системи кросфіт. *Молодий вчений*. № 2 (66). С. 345–348. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-2-66-75>
9. Петрушин, Дмитро та Євген Креніков. Актуальні напрями підвищення фізичної підготовки курсантів системи МВС України в сучасних умовах. *Теорія і методика фізичного виховання і спорту* 2023 р. 26-29.
10. Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України : зб. наук. пр. / МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. тактич. та спец.-фіз. підгот. ф-ту № 2. — Харків : ХНУВС, 2019. — 364.
11. Про введення воєнного стану в Україні: Указ Президента України від 24 лютого 2022 р. № 64/2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/64/2022#Text> (дата звернення: 08.11.2023).

12. Рогальський В. (2022). Використання спеціалізованої смуги перешкод як невід'ємний елемент фізичного виховання й підготовки майбутніх поліцейських; науковий вісник Дніпропетровського Державного Університету Внутрішніх Справ, спеціальний випуск № 2, 571-574.
13. Сучасний стан організації фізичної підготовки курсантів закладів вищої освіти органів внутрішніх справ Павлова, Ю. О.; Андрес, А. С.; Дух, Т. І.; Крижановський, В. О.; Швець, В. Л. С.95-98
14. Таблиця нормативів з фізичної підготовки URL: [https://dduvs.in.ua/ngg\\_tag/tablytsya-normatyviv-z-fizychnoyi-pidgotovky/](https://dduvs.in.ua/ngg_tag/tablytsya-normatyviv-z-fizychnoyi-pidgotovky/) (дата звернення: 08.11.2023).

#### References

1. Anisimov, D. O., & Shablistiy, V. V. (2021). Doping as a global problem of the 21st century on account of its illegal influence on the results of official sports competitions. *Wiadomości lekarskie*. Volume lxxiv, issue 11 part 2, 3092–3097. DOI: <https://doi.org/10.36740/WLek202111239>.
2. Anisimov, D., Petrushin, D., Boguslavsky, V. Improvement of physical training of first-year cadets of Dnipropetrovsk state university of internal affairs. *Scientific space in the condition of global transformations of the modern world: Scientific monograph*. Riga, Latvia: Baltija Publishing, 2020. pp. 1–20. DOI: <https://doi.org/10.30525/978-9934-26-255-5-1>.
3. Byla V.M., Mokh T.P., Kolomiets Yu.M. Modern ways of improving the physical training of future law enforcement officers in Ukraine. *Southern Ukrainian Legal Journal*. 2022. No. 4. Part 1. P. 257-261.
4. Byla V.M., Mokh T.P., Kolomiets Yu.M. Modern ways of improving the physical training of future law enforcement officers in Ukraine. *Southern Ukrainian Legal Journal*. 2022. No. 4. Part 1. P. 257-261.
5. Current state of organization of physical training of cadets of higher education institutions of internal affairs agencies: Pavlova, Yu.O.; Andres, A.S.; Dukh, T.I.; Kryzhanovsky, V.O.; Shvets, V.L. P. 95-98.
6. Instruction on the organization of physical training in the National Guard of Ukraine: S.V. Leshchenya, I.P. Orlenko, A.O. Meleshko, S.S. Zabrodsky. Ed. by O.N. Maltsev. Kyiv, 2014. 140 p.
7. Kolomiets Yu.M., Pashaev A.Z., Uvarova O.Yu. Improving the level of physical training of cadets of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine through section work in martial arts. Preparation of police officers in the conditions of reforming the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. Kharkiv, 2018. P. 73-76.
8. Morgunov, O.A. Physical training of cadets of higher education institutions with specific learning conditions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. O. A. Morgunov, O. A. Yareschenko. Preparation of police officers in the conditions of reforming the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: collection of scientific works. [Conf. (Kharkiv, May 29, 2020)]. Ministry of Internal Affairs of Ukraine, Kharkiv National University of Internal Affairs, Department of Tactical and Special-Physical Training Faculty No. 2. Kharkiv: KhNUIVS, 2020. P. 177-179.
9. On the imposition of martial law in Ukraine: Decree of the President of Ukraine dated February 24, 2022, No. 64/2022. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/64/2022#Text> (accessed on: November 8, 2023).
10. Petrushyn, D., Anisimov, D., & Pozhydaiev, M. (2019). Methodology for Developing Special Physical Qualities of Cadets of Higher Education Institutions of the National Police of Ukraine Using the CrossFit System. *Young Scientist*, № 2 (66), 345–348. DOI: <https://doi.org/10.32839/2304-5809/2019-2-66-75>
11. Petrushyn, Dmytro and Yevhen Krenikov. Current trends in improving the physical training of cadets of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine in modern conditions. *Theory and Methods of Physical Education and Sports*. 2023. P. 26-29.
12. Preparation of police officers in the conditions of reforming the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: collection of scientific works. Ministry of Internal Affairs of Ukraine, Kharkiv National University of Internal Affairs, Department of Tactical and Special-Physical Training Faculty No. 2. Kharkiv: KhNUIVS, 2019. 364 p.
13. Rogalskyi V. (2022), Use of a specialized obstacle course as an integral element of physical education and training for future police officers; scientific bulletin of Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs, special issue No. 2, 571-574.
14. Table of norms for physical training. URL: [https://dduvs.in.ua/ngg\\_tag/tablytsya-normatyviv-z-fizychnoyi-pidgotovky/](https://dduvs.in.ua/ngg_tag/tablytsya-normatyviv-z-fizychnoyi-pidgotovky/) (accessed on: November 8, 2023).