

- / Т.В. Лахманюк, В.М.Гороруков // Наукові записки НаУКМА. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота. В-во Києво Могилянської академії. – 2004. – С. 34 – 37.
- 2.Крук М.З. Рівень фізичної підготовленості студентів ЖДУ імені Івана Франка / М.З.Крук, А.З.Крук, В.А. Мацапура // Теорія і практика навчання., видавництво ЖДУ імені Івана Франка. – 2014. – С. 3 – 13.
- 3.Григус И.М. Оптимизация уровня физического здоровья студентов с учетом типа автономной нервной системы / И.М. Григус, Т.В. Кучер // Физическое воспитание студентов. 2013. - № 3. – С. 26 - 30.
- 4.Ващенко І. М. Розвиток сили у студентів в процесі занять фізичними вправами в позааудиторній час / І. М. Ващенко, О. М. Буланов, Ю. М. Миргородський, К. Ф. Жигун // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету. Серія : Педагогічні науки. - 2016. - Вип. 135. - С. 80 - 83.
- 5.Грибан Г.П. Динаміка фізичної підготовленості студентів в історичному аспекті / Г.П. Грибан // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини / за заг. ред. Євгена Приступи. - Л., 2015. - т. 2. - С. 69 - 74.
- 6.Kuznietsova O. Dynamika rivniv fizychnoi pidhotovlenosti studentiv – pershokursnykiv tekhnichnykh VNZ / Olena Kuznietsova // Moloda sportyvna nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny. - Lviv, 2004.. - Vol. 8 T. 3 – Pp. 179 - 184.
- 7.Dukh T. Fizychna pidhotovlenist yak odyn iz kryteriiv efektyvnosti fizychnoho vykhovannia studentiv vyshchych navchalnykh zakladiv / Tetiana Dukh, Orest Lesko , Nadiia Rachuk // Moloda sportyvna nauka Ukrainy : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny / za zah. red. Yevhena Prystupy. - Lviv, 2015. - Vol. 19, T. 2. - Pp. 81 - 85.
- 8.Pylypei L.P. Profesiino - prykladna fizychna pidhotovka studentiv [Tekst] : monohrafiia / L. P. Pylypei. – Sumy : DVNZ “UABS NBU”, 2009. –312 p.
- 9.Tsys Dmytro Ivanovych. Metodyka udoskonalennia fizychnoi pidhotovlenosti studentiv u protsesi navchannia voleibolu : avtoreferat dys. ... kand. ped. nauk : 13.0.02 / Nats. ped. un-t im. M. P. Drahomanova. - Kyiv, 2015. - 20 p.
10. Sidorova T.V. Otsinka fizychnoi pidhotovlenosti studentiv 1-2 kursu navchannia / T. V. Sidorova // Pedagogika, psykholohiia ta medyko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia ta sportu 2009. - № 12. – Pp. 166 – 168.

Бондаренко В. В.

Національна академія внутрішніх справ

МОДЕЛЬ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ ПРАЦІВНИКІВ ПІДРОЗДІЛІВ ПАТРУЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ

Здійснено аналіз службової діяльності працівників підрозділів патрульної поліції та вимог до фізичної підготовленості особового складу. Розроблено модель фізичної підготовленості правоохоронців. Встановлено, що досягнення рівня фізичної готовності працівників патрульної поліції передбачає достатній ступінь сформованості спеціальних умінь та навичок у застосуванні заходів поліцейського примусу та вимагає підвищення ролі загальної фізичної підготовки у системі професійного навчання поліцейських.

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

Бондаренко В. В. Модель физической подготовленности работников подразделений патрульной полиции. *Осуществлен анализ служебной деятельности сотрудников подразделений патрульной полиции и требований к физической подготовленности личного состава. Разработана модель физической подготовленности правоохранителей. Установлено, что достижение уровня физической готовности работников патрульной полиции предусматривает достаточную степень сформированности специальных умений и навыков в применении мер полицейского принуждения и требует повышения роли общей физической подготовки в системе профессионального обучения полицейских.*

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

Bondarenko V.V. Model of physical preparedness of employees of units of patrol police. *The analysis of the official activity of the staff of the units of the patrol police, the requirements for the physical preparedness of the personnel and the physical preparedness of candidates for joining the unit of the patrol police. The low level of general physical preparedness of the police is established.*

The analysis of the guidance documents gives grounds to state the lack of physical training at the courses of initial training of police training subjects. In the system of vocational training, time for general physical training is not planned. It has been determined that a sufficient level of general physical fitness allows maintaining a high level of efficiency and facilitates the achievement of a state of physical readiness for the performance of official duties. Physical readiness of patrol police officers should be considered as a functional state that promotes the effective performance of official duties in conditions of prolonged physical activity and involves the formation of the necessary motor skills and skills.

Based on the research carried out, the model of physical preparedness of law enforcement officers is theoretically substantiated and developed. Component models are: sufficient level of development of basic physical qualities (strength, speed, agility, flexibility, endurance); sufficient level of formation of special skills and skills in the application of coercive police measures; psychological readiness and willingness to use police coercive measures. It has been established that a full-fledged formation of physical preparedness for the effective performance of official activities related to physical contact with the offender is carried out at the courses of initial training of police officers during the development of situational tasks. In the future-during the acquisition of professional experience and training in the system of training.

Key words: *model, patrol police, service training, physical training, physical readiness.*

Постановка проблеми. Службова діяльність працівників підрозділів патрульної поліції висуває підвищені вимоги до фізичної підготовленості особового складу. Це 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 вимагають дії, пов'язані з переслідуванням та затриманням правопорушників.

Аналіз фізичної підготовленості кандидатів до вступу в поліцію, її динаміки протягом періоду навчання та службової діяльності свідчить про недостатню ефективність фізичної підготовки. Ґрунтовний аналіз професійної програми первинної професійної підготовки поліцейських, яких вперше прийнято на службу в поліцію на посади поліцейських (інспекторів) патрульної поліції дає підстави констатувати відсутність навчального предмета фізична підготовка. Частково виконання завдань фізичної підготовки, а саме формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей поліцейського з урахуванням особливостей його професійної діяльності покладено на навчальний предмет тактична підготовка. Професійне навчання під час професійної діяльності передбачає проведення занять з фізичної підготовки у системі службової підготовки. Однак в положенні про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України [5] зазначено, що загальна фізична підготовка опановується поліцейськими самостійно. Практичних занять, спрямованих на розвиток основних фізичних якостей в системі службової підготовки не заплановано.

Ураховуючи вище зазначене, доходимо висновку, що фізична підготовка працівників патрульної поліції потребує удосконалення. Це відповідно передбачає проведення ґрунтовних наукових досліджень. Відправним етапом у цьому напрямі буде розробка моделі фізичної підготовленості працівників патрульної поліції, яка б візуально зображувала сукупність компонентів, сформованість яких сприятиме досягненню стану фізичної готовності до ефективного здійснення службової діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій свідчить, що фізична підготовка працівників правоохоронних органів є об'єктом дослідження багатьох вітчизняних та зарубіжних учених (М. І. Ануфрієв, М. Безпалый, С. Є. Бутов, Ю. В. Веренґа, І. П. Закорко, О. І. Каранкевич, О. А. Моргунов, М. О. Носко, В. І. Пліско, К. В. Пронтенко, С. П. Серґієнко, В. М. Сінзов, О. А. Яреценко, Р. Antonmattei, Р. Maher, J. Balkin та інші). Аналіз праць низки науковців [1, 2, 9] засвідчив, 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 порушується стан опорно-рухового апарату. У результаті виникає явище детренованості. Понижена рухова активність несприятливо позначається на стані м'язової системи. М'язи стають в'ялими, зменшуються в розмірах. М'язовий корсет не виконує своєї головної функції (хребет не утримується в нормальному положенні), що призводить до погіршення кровопостачання мозку та, як наслідок, зниження розумової та фізичної працездатності працівників патрульної поліції.

Результати наукових досліджень [4, 6 – 8, 10] 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: теоретично обґрунтувати та розробити модель фізичної підготовленості працівників підрозділів патрульної поліції.

Виклад основного матеріалу дослідження. Аналіз професійної діяльності працівників підрозділів патрульної поліції дозволяє констатувати, що значну частину робочої зміни (особливо це стосується нічних чергувань) працівники проводять в автомобілі у вимушеному положенні. При цьому витрати нервово-м'язової енергії для збереження пози тим більші, чим не зручніша поза. В разі тривалого збереження одноманітної пози погіршується кровообіг, виникають застійні явища, знижується працездатність [2].

Окрім вищеперахованих несприятливих чинників, працівники патрульної поліції зазнають високого нервово-емоційного напруження. Ряд науковців стверджує, що в результаті нервово-емоційного напруження відбувається зниження працездатності, підвищення ЧСС, дихання і тиску, ускладнюється розподілення уваги, звужується обсяг уваги та пам'яті, збільшується кількість помилкових дій, швидко настає стомлення [2].

Патрулювання під час нічних змін (в окремих випадках і денних) здійснюється в бронезилеті. При цьому створюється постійне деформаційне навантаження, що негативно впливає на хребет, може призвести до його викривлення, спровокувати виникнення між хребцевих протрузій та гриж.

За дослідженнями І. В. Власенка та Т. В. Шевченка [3] носіння бронезилета знижує функціональні спроможності поліцейських. На підставі здійсненого анкетування, дослідники отримали такі результати: 30% опитаних правоохоронців бронезилет заважає виконувати нахили тулубом, 24% – переміщатися, 25% – присідати, 3% – піднімати руки, 6% – бігти, 12% – користуватися зброєю. Фахівці наголошують на важливості щільного прилягання бронезилета до тулуба працівника. Під час швидкого переміщення та нещільного прилягання бронезилета відбувається його розхитування, в наслідок чого створюються інерційні сили, що призводять до стискання міжхребцевих дисків, можуть спричинити травму (наприклад, розтягнення м'язів або зв'язок шиї, спини) та зумовлюють передчасне стомлення.

Науковими дослідженнями доведено, що достатній рівень фізичної підготовленості дозволяє послабити дію втоми або усунути її, легше переносити несприятливі умови зовнішнього і внутрішнього середовища, зберегти високий рівень працездатності та сприяє досягненню стану фізичної готовності до ефективного виконання службових обов'язків [4]. Формування фізичної готовності – це процес переходу організму з одного стану в інший, що відбувається за рахунок прогресивних функціональних, морфологічних та біохімічних змін в організмі. При цьому фізична готовність працівників, діяльність яких має виражену гіподинамічну спрямованість, передбачає не максимально високий рівень розвитку переважно однієї якої-небудь фізичної якості або рухової навички, а їх всебічність та оптимальність стосовно специфіки службової

діяльності [9].

Враховуючи специфіку діяльності правоохоронців та наукові дослідження у цьому напрямку, фізичну готовність працівника патрульної поліції слід трактувати як функціональний стан, що сприяє ефективному виконання службових обов'язків в умовах тривалих фізичних навантажень та передбачає сформованість необхідних рухових умінь і навичок.

До компонентів фізичної готовності слід віднести: достатній рівень розвитку основних фізичних якостей (сила, швидкість, спритність, гнучкість, витривалість); достатній рівень сформованості спеціальних умінь та навичок у застосуванні заходів поліцейського примусу; психологічна підготовленість та налаштованість до застосування заходів поліцейського примусу. Сукупність виокремлених компонентів можна візуально зобразити у вигляді моделі фізичної підготовленості, що зображено на рисунку 2.

Основними фізичними якостями, які визначають фізичну готовність працівників патрульної поліції є загальна фізична витривалість, силові, швидкісні якості та статична витривалість м'язів тулуба. Розвитку саме цих фізичних якостей і повинна надаватися перевага під час проведення занять з фізичної підготовки з працівниками підрозділів патрульної поліції.



Рис. 1. Модель фізичної підготовленості працівників підрозділів патрульної поліції

Працівникам патрульної поліції під час застосування прийомів фізичного примусу слід виявляти силу у певних рухах, тому і при розвитку сили необхідно забезпечувати найвищий прояв силових можливостей у межах рухових навичок, що відповідають правильній техніці виконання прийомів. Сила є інтегральною фізичною якістю, від якої тією або іншою мірою залежить прояв усіх інших фізичних якостей (швидкості, витривалості та ін.). Силові навантаження позитивно впливають на стан здоров'я, працездатність та цілий спектр фізичних і психологічних якостей.

Щільний графік роботи працівників патрульної поліції вимагає розвитку витривалості. Під витривалістю розуміють здатність ефективно виконувати вправи, переборюючи втому. Загальна витривалість дозволяє тривалий час виконувати роботу, що ставить високі вимоги до серцево-судинної системи, системи дихання та центральної нервової системи. Вона дозволяє: 1) виконувати значний обсяг рухової діяльності; 2) тривалий час підтримувати високий рівень інтенсивності рухової діяльності; 3) швидко відновлювати сили після значних навантажень.

Ефективність виконання прийомів фізичного впливу працівниками патрульної поліції залежить також від розвитку швидкісних якостей. Прояв швидкісних якостей визначається також рухливістю в суглобах.

Виконання службових обов'язків працівниками патрульної поліції вимагає розвитку спритності, яка визначається здатністю точно виконувати рухи, швидко перерозподіляти увагу з одних рухових дій на інші, знаходити найкращі варіанти виконання вправи в разі зміни умов. Специфічність спритності як фізичної якості полягає в комплексності вияву її складових,

у щільному зв'язку з руховими навичками, в органічній єдності з психічними якостями працівника.

Достатній рівень сформованості спеціальних умінь та навичок у застосуванні заходів поліцейського примусу є компонентом, який через призму знань правових підстав та порядку їх застосування сприяє досягненню стану фізичної готовності до ефективного здійснення службової діяльності.

Формування стійких та варіативних умінь і навичок виконання прийомів фізичного примусу на курсах первинної професійної підготовки відбувається під час проведення практичних занять, що передбачають проходження рольових ігор (сценаріїв). В подальшому – під час набуття практичного досвіду та професійного навчання поліцейських (службова підготовка, післядипломна освіта). Виконання службових обов'язків працівниками патрульної поліції в багатьох випадках пов'язані із застосуванням превентивних поліцейських заходів, одним із яких є поверхнева перевірка і огляд. Технічно правильне здійснення зазначеного заходу передбачає відповідне розташування ланок тіла підозрюваного та працівника, прикладення сили достатньої для виведення із рівноваги та утримання особи з урахуванням заходів особистої безпеки. Важливим також є сформованість умінь здійснювати надягання кайданків з різних положень з урахуванням антропометричних особливостей правопорушника.

Під час контакту з правопорушниками непоодинокі випадки нападу на представників влади. В таких ситуаціях важливим є сформованість умінь і навичок у виконанні ударів руками, ногами, захисних та контратакуючих дій. В умовах агресивної непокори правопорушник намагається атакувати, застосовуючи ударну техніку або ж захоплює працівника за одяг, тулуб, ший, кінцівки чи волосся, позбавляючи можливості для маневру, нанесення ударів руками, ногами. У таких випадках працівник патрульної поліції повинен миттєво реагувати та застосовувати прийоми звільнення від захоплень та обхоплень. Звільнення від захоплень, як й інші прийоми, застосовуються працівником не лише для звільнення, але й, головним чином, для подальшого затримання правопорушника. Протидія нападаючому із застосуванням підручних засобів передбачає сформованість у працівника рухових умінь і навичок у виконанні захисних та атакуючих дій з використанням гумового кийка. Крім цього, в умовах протидії правопорушнику поліцейський може застосовувати як засіб захисту, так і нападу кидки.

Непоодинокі випадки нападу на представників влади з використанням різних видів зброї (холодної, вогнепальної тощо). Боротьба проти озброєного правопорушника відноситься до найскладнішого в технічному і психологічному плані виду фізичного протидії і має свої особливості. Одним з головних чинників, що забезпечує ефективність захисних дій при нападі озброєного правопорушника та застосування заходів поліцейського примусу, є рівень психологічної підготовленості працівників та налаштованості до застосування поліцейських заходів. Психологічно підготовлений поліцейський діє впевнено та зосереджено, у нього мобілізуються внутрішні фізичні та емоційні резерви організму, його впевненість деморалізує правопорушника та надає перевагу у двобої. Під час патрулювання правоохоронцям досить часто доводиться контактувати з правопорушниками біля автомобіля. При непокорі осіб інколи виникає необхідність у застосуванні прийомів примусового вилучення правопорушників із автомобіля та інших місць з обмеженим простором. Це відповідно передбачає сформованість необхідних умінь та навичок.

Висновки. Отже, на підставі проведеного дослідження встановлено, що система професійної підготовки працівників патрульної поліції потребує удосконалення. Одним із напрямів удосконалення є пошук доступних засобів фізичної підготовки, які поруч з розвитком основних фізичних якостей, сприяли б зміцненню здоров'я, покращенню функціональних можливостей організму та були спрямовані на досягнення стану фізичної готовності до ефективного здійснення службової діяльності. **Перспективи подальших досліджень.** Передбачається розробка моделі стрілецької підготовленості працівників підрозділів патрульної поліції

Література

1. Бальсевич В. К. Физическая активность человека / В. К. Бальсевич, В. А. Запорожанов. – К. : Здоров'я, 1987. – 224 с.
2. Бородин Ю. А. Двигательная активность в системе жизнедеятельности современного человека / Ю. А. Бородин, Г. Н. Арзютов // Физическое воспитание студентов. – 2010. № 3. – С. 9 – 14.
3. Власенко І. В. Врахування експлуатаційних якостей бронезилетів у службово-бойовій діяльності поліцейських / І. В. Власенко, Т. В. Шевченко // Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України. Х. : ХНУВС, 2017. – С. 70 – 75.
4. Моргунов О. А. Удосконалення фізичної підготовки правоохоронців МВС України на початковому етапі навчання [Електронний ресурс] / О. А. Моргунов // Честь і закон. – 2014. – № 2. – С. 46–49. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/Chiz_2014_2_10.
5. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ МВС України від 26.01.2016 року № 50.
6. http://polis-cp.osce.org/countries/details?item_id=25
7. Meikalisha A. Organization of professional training of Latvian police Akademia. – Baku. – 2006.
8. 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.
9. Verenga Yu. Physical Development, Functional and Adaptation Possibilities of Servicemen of Internal Affairs of Ukraine on the Stage of the Professional Becoming / Yu. Verenga // Slobozhanskyi herald of science and sport. – 2014. – № 4 (42). – P. 53–60.
10. Walker S. The police in America. An Introduction. – New-York, 1992. – 412 p.