

УДК 796.011.3-796.8

DOI: 10.36550/2415-7988-2022-1-206-104-108

**ГАЛІМСЬКИЙ Володимир Олександрович** –  
кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент,  
доцент кафедри спеціальної фізичної та домедичної  
підготовки Донецького державного університету  
внутрішніх справ  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5532-9036>  
e-mail: volodymyrgalimskyi@gmail.com

### СИСТЕМА ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ У ПРОЦЕСІ ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ

У статті доведено, що фізична культура курсантів є нерозривною складовою частиною вищої гуманітарної освіти яка виступає якісною і результативною мірою комплексного впливу різних форм, засобів і методів на основу майбутнього фахівця в процесі формування його професійної компетенції і що результатом цього процесу є рівень індивідуальної фізичної культури кожного курсанта, його духовність, рівень розвитку професійну значущих здібностей; окреслено систему фізичної підготовки, до якої належить: загальна фізична підготовка, спеціальна фізична підготовка (в тому числі, тактика самозахисту та особистої безпеки), масові фізкультурно-спортивні заходи та секційні заняття з видів спорту; розкрито основні проблеми процесу фізичної та спеціальної підготовки у вищих навчальних закладах Міністерства внутрішніх справ, окреслено шляхи вирішення цих проблем (поєднання загальної та спеціальної фізичної підготовки, використання у навчальному процесі елементів високих спортивних технологій, які ґрунтуються на сучасних досягненнях теорії спорту), впровадження яких до існуючої системи підготовки майбутніх правоохоронців позитивно вплине на їхнє професійне становлення як висококваліфікованих професіоналів Національної поліції України сучасної Європейської країни. На основі проведеного дослідження з виявлення особливостей, актуальних проблем у процесі підготовки майбутніх правоохоронців, зроблено висновок про необхідність вдосконалення існуючої системи та впровадження інноваційних підходів, що позитивно вплинуть на їх підготовленість: по-перше, посилити профвідбір вступників (основною проблемою є низький рівень фізичної підготовленості молоді, яка вступає до силових структур, це складає певні труднощі при засвоєнні спеціальних та професійно-прикладних навиків). По-друге, розробити й впровадити єдину типову програму з фізичної та спеціальної підготовки у закладах вищої освіти МВС України та збільшити кількість годин на дисципліну. По-третє, підвищувати мотивацію молоді до занять з фізичної підготовки.

**Ключові слова:** загальна фізична підготовка; спеціальна фізична підготовка, тактика самозахисту та особистої безпеки, масові фізкультурно-спортивні заходи та секційні заняття з видів спорту, майбутні правоохоронці, професійна готовність майбутнього фахівця-правоохоронця.

**GALIMSKYI Volodymyr Olexandrovyich** –  
Candidate of Sciences in Physical Education and Sports,  
Associate Professor, Associate Professor of the Department of  
Special Physical and Pre-Medical Training of Donetsk  
State University of Internal Medicine affairs  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5532-9036>  
e-mail: volodymyrgalimskyi@gmail.com

### FEATURES OF PHYSICAL TRAINING OF FUTURE LAW ENFORCEMENT SPECIALISTS

This article reveals the main problems of the process of physical and special training in higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs, outlines ways to solve these problems (combination of general and special physical training, use of elements of high sports technologies in the educational process, which are based on modern achievements of sports theory), the introduction of which to the existing system of training future law enforcement officers will positively affect their professional development as highly qualified professionals of the National Police of Ukraine of a modern European country.

A modern policeman must ensure the safety of people, using, if necessary, sufficient force means and methods; able to distinguish dangerous situations; under any circumstances to act without prejudice, guided by ethical standards. The analysis of the practice of law enforcement confirms that the functional duties of a police officer can be performed by a person with a high level of responsibility for the results of his own official activity, who possesses a complex of knowledge, practical skills and formed professionally important traits acquired during special training. It is these components that ensure the professional readiness of a police officer to effectively perform complex, sometimes dangerous tasks. The new concept of activity of the National Police of Ukraine requires a special creative activity, a high level of culture, education, the ability for self-development and self-improvement from a law enforcement officer. Under such conditions, increasing the level of professional readiness of police officers is a key area of activity of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine and professional training departments of the National Police units. A thorough analysis of the

domestic and foreign experience of training police officers gives reason to state that each country has developed its own approaches to solving the problem of professional training of police personnel.

On the basis of the conducted research on the identification of specifics and actual problems in the process of training future law enforcement officers, it is possible to conclude about the need to improve the existing system and introduce innovative approaches that will positively affect their preparedness. It was determined, firstly, that the main problem is the low level of physical fitness of young people who join the armed forces, which creates certain difficulties in learning special and professional-applied skills. Secondly, the lack of a single standard program for physical and special training in institutions of higher education of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine and a decrease in the number of hours per discipline. Thirdly, the youth's motivation for physical training is low.

**Key words:** general physical training; special physical training, tactics of self-defense and personal safety, mass physical culture and sports activities and sectional sports classes, future law enforcement officers, professional readiness of future law enforcement specialist.

**Постановка та обґрунтування актуальності проблеми.** Фізична культура студентів є нерозривною складовою частиною вищої гуманітарної освіти. Вона виступає якісною і результативною мірою комплексного впливу різних форм, засобів і методів на особу майбутнього фахівця в процесі формування його професійної компетенції. Результатом цього процесу є рівень індивідуальної фізичної культури кожного курсанта, його духовність, рівень розвитку професійно значущих здібностей.

Професійна підготовка кадрів для Національної поліції України потребує постійного вдосконалення. Це обумовлено низкою причин, серед яких: реформування правоохоронного відомства, зміна концепції діяльності Національної поліції, застосування нових форм добору кандидатів на службу в поліцію, оптимізація структури та змісту службової підготовки поліцейських. Зазначене вимагає оновлення методичного забезпечення освітнього процесу.

Аналіз специфіки службової діяльності підрозділів Національної поліції України дає підстави констатувати, що сучасний працівник повинен володіти не лише знаннями законодавчого блоку, а й розвиненими фізичними якостями та сформованими вміннями і навичками застосування поліцейських заходів примусу. У закладах вищої освіти Міністерства внутрішніх справ України формування такого правоохоронця покладено саме на їх фізичну підготовку.

**Аналіз останніх досліджень та публікацій.** Проблема ППФП була предметом багатьох наукових досліджень вітчизняних та зарубіжних науковців. Так, проводили дослідження в системі профтехосвіти (В. Кабачков; О. Коломійцева; С. Полієвский; Р. Римик; В. Хомич). В роботах (І. Бондаренко; Н. Борейко; Н. Орленко; Л. Пилипея; О. Подлесного; А. Ребриної; В. Фотинюка; С. Халайджі; О. Церковної; Н. Чухланцевої) були розглянуті проблемні питання професійно-прикладної фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів різних спеціальностей. Вченими було з'ясовано, що в процесі професійно-прикладної фізичної

підготовки у курсантів успішно формується комплекс психофізіологічних; особистісних якостей; зумовлених вимогами їхньої майбутньої професійної діяльності.

Окремі аспекти професійно-прикладної фізичної підготовки в силових структурах розглядалися щодо підготовки спеціалістів у вищих закладах освіти МВС України (С. Безпалій; О. Горпинич; І. Закорко; О. Зарічанський; О. Івлєв; О. Лаврентьєв; А. Лушак; О. Ярещенко; О. Ярмошук); підготовки спеціалістів у відомстві надзвичайних ситуацій (Ю. Антошків; В. Горшовський; Л. Ішичкіна; І. Овчарук); державної прикордонної служби (І. Маріонда; Е. Сохохоп; О. Фігура); податківців (С. Антоненко; Е. Маляр; Ю. Сергієнко). Дослідниками встановлено, що для формування та розвитку професійно значущих психофізичних якостей потрібна спеціалізована фізична підготовка максимально наближена до реальних умов; яка б забезпечила високий рівень психофізичної готовності до ефективних дій в екстремальних умовах.

В Україні накопичений значний досвід з проблематики щодо підготовки військовослужбовців до професійної діяльності засобами фізичної підготовки. В цьому напрямку були проведені дослідження щодо підготовки жінок-військовослужбовців (О. Боярчук; О. Шалепа); військовослужбовців строкової служби та служби за контрактом (С. Глазунов; О. Петрачков); майбутніх офіцерів у вищих військових навчальних закладах (О. Гусак; А. Маракушин; О. Ольховий; В. Паєвський; О. Піддубний; К. Пронтенко; В. Романчук; С. Романчук; О. Старчук; Г. Сухарада; О. Шевченко); офіцерів чергового бойового розрахунку (В. Красота).

**Мета статті:** здійснити теоретичний аналіз особливостей професійно-прикладної фізичної підготовки майбутніх фахівців-правоохоронців.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Сучасний поліцейський повинен забезпечити безпеку людей, застосовуючи, в разі необхідності, достатні силові засоби та методи; здатен розрізняти ситуації небезпеки;

за будь-яких обставин діяти без упереджень, керуючись етичними нормами. Аналіз практики правоохоронної діяльності засвідчує, що функціональні обов'язки поліцейського здатна виконувати людина з високим рівнем відповідальності за результати власної службової діяльності, яка володіє комплексом знань, практичних навичок і сформованих професійно важливих рис, набутих під час спеціальної підготовки. Саме ці компоненти забезпечують професійну готовність працівника поліції до ефективного виконання складних, часом небезпечних завдань.

Нова концепція діяльності Національної поліції України вимагає від правоохоронця особливої творчої активності, високого рівня культури, освіченості, здатності до саморозвитку та самовдосконалення. За таких умов, підвищення рівня професійної готовності поліцейського – ключовий напрям діяльності закладів вищої освіти МВС України та відділів професійного навчання підрозділів Національної поліції.

Грунтовний аналіз вітчизняного та зарубіжного досвіду підготовки поліцейських дає підстави констатувати, що у кожній країні склалися власні підходи до вирішення проблеми службової підготовленості поліцейських кадрів. Ми зупинимося більш детально на характеристиці фізичного виховання як одного з напрямів підготовки майбутніх фахівців-правоохоронців, зацентруємо увагу на обґрунтуванні необхідності такої підготовки, яка є запорукою психологічної стійкості до фізичних та моральних перенапружень, що досить часто трапляються у процесі службової діяльності. Здатність переносити фізичні навантаження без зниження працездатності під час виконання службових завдань, що стоять перед органами (підрозділами) поліції, є одним із важелів, на яких тримається уся система правопорядку. Отже, для ефективного виконання своїх службових обов'язків необхідно мати не тільки відповідні професійні й особистісні якості та належний стан здоров'я, а й достатній рівень фізичної підготовки.

*Фізична підготовка* – це комплекс заходів, спрямований на формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей поліцейського з урахуванням особливостей його професійної діяльності.

Фізична підготовка має плановий та системний характер.

*До системи фізичної підготовки належать:* загальна фізична підготовка; спеціальна фізична підготовка (в тому числі, тактика самозахисту та особистої безпеки); масові фізкультурно-спортивні заходи та секційні заняття з видів спорту [1].

Навчання з фізичної підготовки передбачає формування та вдосконалення в поліцейських: рухових якостей і навичок, необхідних у повсякденній діяльності та в разі виникнення екстремальних ситуацій; витривалості, швидкісних і силових рис, які забезпечують можливість переслідування правопорушника та перевагу в силовому протистоянні під час його затримання, зокрема з подоланням природних і штучних перешкод; навичок самоконтролю за фізичним станом і станом здоров'я у процесі виконання фізичних вправ; практичних навичок застосування прийомів самозахисту, особистої безпеки, фізичного впливу тощо.

Заняття з тактики самозахисту проводяться в навчальних групах та на навчальних зборах. Окремі елементи загальної фізичної підготовки, а саме фізичні вправи, що сприятимуть швидкій адаптації майбутнього поліцейського до зміни навантажень, відпрацьовуються на заняттях із тактики самозахисту.

Навчання повинно бути практично спрямованим (не менше 90 відсотків загального навчального часу з цього виду підготовки) [1].

Навчально-тренувальні заняття у спортивних секціях із професійно-прикладних та інших видів спорту проводяться з метою підвищення спортивної майстерності на основі різнобічної фізичної підготовки і набуття необхідних професійно-прикладних знань, умінь та навичок.

Позанавчальні заняття є важливою запорукою нормального фізичного розвитку поліцейського, обов'язковою умовою виховання пріоритетних орієнтацій на зміцнення здоров'я і мотиваційним стимулом до регулярних самостійних занять фізичними вправами. Масові оздоровчі, фізкультурні та спортивні заходи мають велике виховне значення і є ефективним засобом організації здорового дозвілля. Вони є складовою фізичної підготовки та проводяться у вільний від навчальних занять час, у вихідні та святкові дні [2].

Аналіз літератури та практичний досвід показав, що рівень підготовленості курсантів на сьогодні недостатній. Цьому існує багато причин: діяльність правоохоронців проходить в нових умовах, а його навчання та підготовка в цілому здійснюється за старими принципами, критеріями та методичними рекомендаціями; низький рівень підготовки правоохоронців (фізичної, спеціальної, психологічної, професійно-прикладної); невідповідність рівня підготовки до Європейського; недоліки професійного відбору молоді до правоохоронних органів; недостатнє практичне обґрунтування комплексного навчання тактико-спеціальної, фізичної та підготовці зі зброєю; низький рівень мотивації до вдосконалення власної професійної підготовленості та

розвитку фізичних та спеціальних якостей; аналіз фізичної підготовленості курсантів на різних етапах контролю свідчить про недостатність обов'язкових занять у процесі навчання; низький рівень підготовленості молоді свідчить про те, що стан організації професійно-прикладної фізичної підготовки не відповідає сучасним вимогам та стандартам якості професійної освіти, яка недостатньо враховує специфіку цільової спрямованості виробничої діяльності.

Основними чинниками зниження впливу фізичних навантажень на результати професійної підготовленості та процес навчання є: відсутність типових програм з спеціальної фізичної підготовки, низький вихідний рівень фізичної підготовленості більшості новобранців, які вступають до вузів Міністерства оборони та МВС України, неефективне використання часу, відведеного на фізичну підготовку, необхідність більш ретельного проведення ранкової зарядки.

Вирішення проблем стає можливим завдяки поєднанню загальної та спеціальної фізичної підготовки, використанню у навчальному процесі елементів високих спортивних технологій, які ґрунтуються на сучасних досягненнях теорії спорту, біомеханіки спортивних рухів, методології підготовки висококваліфікованих спортсменів, спортивної педагогіки [4].

Як зазначив О. Пасько у своїх дослідженнях з фізичної, спеціальної, психологічної та професійно-прикладної підготовки працівників правоохоронних органів – сучасні тенденції в системі підготовки силових структур МВС України мають відповідати вимогам сучасного світу та виходити на новий Європейський рівень якості навчання та відбору. Важливою складовою є рівень підготовленості та професійної придатності майбутніх фахівців-правоохоронців [5].

У процес тактико-спеціальної підготовки необхідно включити окремим розділом в програму підготовки співробітників та курсантів комплексні вправи і нормативи з фізичної підготовки з використанням зброї (наприклад: виконання стрілецьких вправ на тлі фізичного навантаження; виконання комплексної контрольної вправи, яке включає в себе крос, вільний поєдинок з самбо, стрільбу і т.п.) [4].

Важливість прикладної підготовленості майбутніх правоохоронців силових відомств у процесі їх професійного навчання та підготовки ніяких сумнівів не викликає. У зв'язку з метою організації майбутніх правоохоронців в ході багаторічних досліджень розроблена не одна модель формування базової професійної – прикладної фізичної підготовки.

А. Стрижак вважає, що підвищення якості навчального процесу пов'язано, насамперед, з впровадженням інноваційних технологій, заснованих на відповідності та адекватності рухових завдань умовам оперативно-службової діяльності [7].

Велике значення під час навчання майбутніх правоохоронців має систематичне оцінювання рівня підготовленості (екзамени, семестрові заліки, виконання професійно-прикладних вправ, індивідуальний контроль успішності, рівень розвитку фізичних якостей), що повинні відповідати вимогам процесу підготовки висококваліфікованих співробітників правоохоронних органів. Також треба відмітити, що систематичні заняття, під час яких основну вагомість надають практичним комплексним вправам, які впливають на вдосконалення професійно-прикладних та спеціальних вмінь, більш ефективно впливають на процес підготовки [6].

Разом з цим, А. Магльований та О. Боярчук у своїх дослідженнях пропонують в оцінку з фізичної підготовки впровадити необхідність виконання спортивного розряду з базових або професійно-прикладних видів спорту, які використовуються під час навчання як секційні заняття з різних видів спорту [3].

Розглядаючи цільову спрямованість, можна зрозуміти саму проблематику, яка полягає у формуванні необхідного рівня професійної підготовленості майбутніх правоохоронців закладах вищої освіти МВС України та створення належних умов для функціонування цілеспрямованої системи фізичної підготовки протягом всього періоду навчання. Така система сприяє успішному формуванню у майбутніх фахівців високого рівня професійних, морально-вольових якостей і фізичної підготовленості, що дає можливість суттєво підвищити ефективність виконання оперативно-службових завдань.

Використання активних методів навчання, які від пасивного сприйняття матеріалу перейдуть в акцентований напрям на творчий прояв професійно-значущих якостей особистості, призведе до вміння знаходити індивідуальний вихід в екстремальних ситуаціях [6].

Також позитивний вплив мають групові вправи з силового припинення протиправних дій з використанням спеціальних засобів (щита, гумової палиці, наручників), відпрацювання захисту від ударів блоками, відходами, відповідними ударами та кидками, по затриманню правопорушника.

**Висновки та перспективи подальших розвідок напрямку.** На основі проведеного дослідження з виявлення особливостей, актуальних проблем у процесі підготовки майбутніх правоохоронців, можна зробити

висновок про необхідність вдосконалення існуючої системи та впровадження інноваційних підходів, що позитивно вплинуть на їх підготовленість. Визначено, по-перше, основною проблемою є низький рівень фізичної підготовленості молоді, яка вступає до силових структур, це складає певні труднощі при засвоєнні спеціальних та професійно-прикладних навиків. По-друге, відсутність єдиної типової програми з фізичної та спеціальної підготовки у закладах вищої освіти МВС України та зменшення кількості годин на дисципліну. По-третє, низька мотивація молоді до занять з фізичної підготовки.

**СПИСОК ДЖЕРЕЛ**

1. Бутов С.Є. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ : навч. посібник. Київ : Нац. акад. внутр. справ України, 2003. 338 с.
2. Криволапчук В.О., Кримська М.С., Решко С.М., Бутов С.Є. Навчальний посібник для курсантів ВНЗ МВС України з навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка». Київ : Київський національний університет внутрішніх справ, 2009. 209 с.
3. Магльований А.В. Проблеми та шляхи вдосконалення фізичної підготовки молодшого офіцерського складу. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорт.* Київ, 2013. №1. С. 44–48.
4. Мартишко А.Ю., Рябуха О.С. Особливості формування теоретичних і методичних знань із фізичної підготовки поліцейських. *Юридична психологія.* 2016. № 2. С. 91–99.
5. Пасько О.Ф. Система підготовки майбутніх працівників для національної поліції. *Національний юридичний журнал: теорія і практика.* 2016. № 10. С. 191–194.
6. Про затвердження Державної цільової соціальної програми розвитку фізичної культури і спорту на період до 2020 р. Постанова Кабінету Міністрів України від 1 березня 2017 р. № 115. URL : <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>.
7. Стрижак А.П. Адекватність в действиях как критерий эффективности профессионально-прикладной физической подготовки курсантов учебных заведений МВД. *Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта,* 2012. №2. С. 90–94.
8. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. Київ : Олімп. літ, 2008.

**REFERENCES**

1. Butov, S.Ie. (2003). *Osnovy spetsialnoi fizychnoi pidhotovky pratsivnykiv orhaniv vnutrishnikh sprav : navch. Posibnyk* [Basics of special physical training of employees of internal affairs bodies: training manual]. Kyiv : Nats. akad. vnutr. sprav Ukrainy. 338 s.
2. Kryvolapchuk, V.O., Krymska, M.S., Reshko, S.M., Butov, S.Ie. (2009). *Navchalnyi posibnyk dlia kursantiv VNZ MVS Ukrainy z navchalnoi dystsypliny «Spetsialna fizychna pidhotovka»* [Study guide for cadets of universities of the Ministry of Internal Affairs

of Ukraine on the discipline "Special physical training"]. Kyiv : Kyivskiyi natsionalnyi universytet vnutrishnikh sprav. 209 s.

3. Mahlovanyi, A.V. (2013). *Problemy ta shliakhy vdoskonalennia fizychnoi pidhotovky molodshoho ofitser'skoho skladu* [Problems and ways of improving the physical training of junior officers]. *Pedahohika, psykholohiia ta medyko-biolohichni problemy fizychnoho vykhovannia i sport.* Kyiv. № 1. S. 44–48.
4. Martyshko, A.Iu., Riabukha, O.S. (2016). *Osoblyvosti formuvannia teoretychnykh i metodychnykh znan iz fizychnoi pidhotovky politseiskykh* [Peculiarities of formation of theoretical and methodical knowledge of physical training of police officers]. *Yurydychna psykholohiia.* Kyiv. № 2. S. 91–99.
5. Pasko, O.F. (2016). *Systema pidhotovky maibutnikh pratsivnykiv dlia natsionalnoi politsii* [The system of training future employees for the national police]. *Natsionalnyi yurydychnyi zhurnal: teoriia i praktyka.* № 10. S. 191–194.
6. *Pro zatverdzhennia Derzhavnoi tsilovoi sotsialnoi prohramy rozvytku fizychnoi kultury i sportu na period do 2020 r.* *Postanova Kabinetu Ministriv Ukrainy vid 1 bereznia 2017 r.* [On the approval of the State targeted social program for the development of physical culture and sports for the period until 2020. Resolution of the Cabinet of Ministers of Ukraine dated March 1, 2017]. № 115. URL : <https://www.kmu.gov.ua/ua/npas/249793397>.
7. Stryzhak, A.P. (2012). *Adekvatnost v deistviakh kak kryteryi efektyvnosti professyonalno-prikladnoi fizycheskoi podhotovky kursantov uchebnykh zavedenyi MVD* [Adequacy in actions as a criterion for the effectiveness of professional and applied physical training of cadets of educational institutions of the Ministry of Internal Affairs]. *Uchenye zapysky unyversyteta imeny P.F. Leshafta.* № 2. S. 90–94.
8. *Teoriia i metodyka fizychnoho vykhovannia : u 2 t. / za red. T. Yu. Krutsevych* (2008). [Theory and methods of physical education: in 2 volumes / edited by T. Yu. Krutsevich]. Kyiv : Olimp. lit.

**ВІДОМОСТІ ПРО АВТОРА**

**ГАЛІМСЬКИЙ Володимир Олександрович** – кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент, доцент кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки Донецького державного університету внутрішніх справ.

**Наукові інтереси:** формування професійно значущих якостей особливості майбутнього фахівця засобами фізичної підготовки.

**INFORMATION ABOUT THE AUTHOR**

**GALIMSKYI Volodymyr Olexandrovych** – Candidate of Sciences in Physical Education and Sports, Associate Professor, Associate Professor of the Department of Special Physical and Pre-Medical Training of Donetsk State University of Internal Medicine affairs.

**Scientific interests:** the formation of professionally significant personal qualities of the future specialist by means of physical training.

*Стаття надійшла до редакції 10.10.2022 р.*