

2. Боляк, А.А, Боляк Н.Л., Кизім П.М. Системний підхід у професійній діяльності тренера з фітнесу: навч. посіб. Харків: ХДАФК, 2012. 130 с.
3. Василенко М.М. Професійні вимоги до персонального фітнес-тренера. *Проблеми активізації рекреаційно-оздоровчої діяльності населення: матеріали XII Міжнар. наук.-практ. конф., м. Львів, 23-24 квітня 2020 р. Львів, 2020. С. 321-324.*
4. Василенко М.М. Особливості професійної підготовки майбутніх фітнес-тренерів у вищих навчальних закладах України. *Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Київ, 2016. № 3(2).С. 59-63*
5. Добродуб Е.З Формування готовності майбутніх фахівців з фізичного виховання та спорту до професійної діяльності в центрах оздоровчого фітнесу: автореф. дис. канд. пед. наук: 13.00.04. Запоріжжя, 2013. 22 с.
6. Корносенко О. К. Професійна підготовка майбутніх фітнес-тренерів як педагогічна проблема. *Молода спортивна наука України. Львів, 2016. Т.4. С. 92-101*
7. Grihan, G., Kobernyk, O., Petrachkov, O., Dmytrenko, S., Khurtenko, O., Kostiuk, Yu., Nazarenko, L., Kostenko, M., Khotentseva, O., Korol, S., Shpychka, T., Stepaniuk, V., Savchenko, L., & Bloshchynskiy I. Physical fitness level of students of higher educational institutions from a historical perspective. *International Journal of Applied Exercise Physiology. 2020. 9(9). pp. 162-171*
8. Vasylenko M., Dutchak M. Components, Criteria, Indicators and Levels of Professional Competence Formation of Future Fitness-Trainers at Higher Educational Institutions. *Eureka: Social and Humanities. 2018. № 2. P. 45-51.*

ОСНОВНІ НАПРЯМКИ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ

Чоботько М. А, Чоботько І. І.

Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

Анотація. У статті розглянуто особливості фізичної підготовки курсантів. Наведено основні напрями підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС щодо фізичної підготовки.

Вступ. Фізична підготовка тісно пов'язана з характером та способом ведення силових дій, які, в свою чергу, визначаються засобами, що є в розпорядженні поліцейського, та умовами, в яких відбувається фізична діяльність. Під час виконання своїх посадових обов'язків повною мірою стало питання підтримання показників фізичної підготовленості курсантів на рівні, який би забезпечив виконання ними фізичних завдань за призначенням. Завдяки високому рівню фізичної підготовленості курсанти здатні долати значні фізичні, психічні навантаження,

зберігати високий рівень працездатності і швидше відновлювати рівень професійної придатності.

Актуальність проблеми професійної підготовки курсантів досліджували В.Г. Андрасюк, Ю.А. Бородин, В.Б. Добровольский, В.С. Медведев, О.В. Афанасєва, Ю.М. Оборотов, С.С. Сливка, О.І. Тьорло, А.В. Ромашко та інші. Отже, наукові дослідження діяльності курсантів Поліції України в останні часи набувають все більшого розвитку

Мета дослідження. Висвітлення особливостей фізичної підготовки курсантів Національної поліції України.

Завдання дослідження.

- Проаналізувати існуючу літературу з фізичної підготовки співробітників Національної поліції України;
- провести порівняльний аналіз суджень авторів з метою синтезу оптимізації фізичної підготовки курсантів до несення службової діяльності.

Методи дослідження. Аналіз та синтез літературних джерел з ціллю класифікації та оптимізації фізичної підготовки курсантів до виконання службової діяльності.

Результати дослідження та їх обговорення. Сучасний поліцейський повинен забезпечувати безпеку людей, застосовуючи, якщо потрібно, достатню силу та методи; вміє розрізняти ситуації небезпеки; за будь-яких обставин діяти без упереджень, керуючись етичними нормами. Аналіз правової практики показує, що функціональні обов'язки працівника поліції може виконувати особа з високим рівнем відповідальності за результати власної праці, яка має набір знань, практичних навичок та професійно - важливих рис, набутих під час спеціальних навчань. Саме ці компоненти забезпечують професійну готовність працівника поліції ефективно виконувати складні, часом небезпечні завдання.

Нова концепція діяльності Національної поліції України вимагає від поліцейського особливої творчої активності, високого рівня культури, освіти, здатності до саморозвитку та самовдосконалення. За таких умов підвищення рівня професійної готовності працівників поліції є ключовим напрямком діяльності вищих навчальних закладів МВС України та департаментів професійної підготовки підрозділів Національної поліції [1].

Фізична підготовка - це комплекс заходів з фізичного вдосконалення працівників поліції, спрямований на розвиток загальних та спеціальних фізичних якостей, формування силових навичок, виховання морально-психологічних якостей.

Фізичне виховання є невід'ємною частиною як системи фізичного виховання, так і загальної системи підготовки та виховання персоналу Національної поліції України.

Т.Ю. Круцевич [2] зазначає, що фізична підготовка - це цілеспрямований процес управління фізичним вдосконаленням курсантів, який здійснюється з урахуванням

особливостей їх професійної діяльності. М.Ф. Пічугін, Г. П. Грибан, В. М. Романчук та інші вчені [3] стверджують, що підтримка постійної фізичної готовності працівників поліції до повсякденної та бойової діяльності досягається постійною роботою системи фізичної підготовки Національної поліції України.

Метою фізичної підготовки є забезпечення фізичної готовності курсантів до професійної діяльності. Фізична підготовленість – це ступінь оволодіння встановленими стандартами фізичної підготовки, які забезпечують здатність правоохоронці ефективно виконувати покладені на них завдання відповідно до займаних посад; фізична підготовленість – обов'язок усіх курсантів.

На думку С. О. Кубіцького, В. П. Леонтьєва, І. С.Овчарука, К. В. Пронтенка [4-7], загальна фізична підготовка спрямована на досягнення оптимального рівня розвитку загальних фізичних якостей курсантів для їх подальшого успішного оволодіння спеціальними фізичними якостями та військовими навичками, поліпшення фізичного розвитку, зміцнення здоров'я через систематичні вправи.

Загальними завданнями фізичної підготовки є: адаптація військовослужбовців до умов проходження служби в поліції; постійне вдосконалення сили, витривалості, швидкості та спритності; поліпшення фізичного розвитку, оздоровлення, підвищення працездатності та трудової діяльності; забезпечення професійного довголіття та стійкості організму до несприятливих факторів навколишнього середовища та професійної діяльності, зниження трудових витрат, пов'язаних із захворюваннями.

Спеціальна фізична підготовка спрямована на розвиток особливих фізичних якостей, оволодіння правоохоронцями прикладних навичок, виховання морально-вольових якостей, досягнення бойової згуртованості підрозділів шляхом систематичного всебічного виконання спеціальних фізичних вправ [8, 9].

У закладах вищої освіти загальними та спеціальними (відповідно до напряму підготовки) завданнями фізичної підготовки курсантів є [10]:

- формування та вдосконалення теоретичних знань, практичних та організаційно-методичних навичок та вмінь управління фізичного виховання, спеціальної фізичної підготовки, спорту та фізичної реабілітації курсантів;
- забезпечення необхідного рівня розвитку фізичних якостей, військово-прикладних рухових навичок та їх вдосконалення; показники функціональних та морфологічних можливостей організму; працездатність;
- підготовка та участь у масових спортивних заходах;
- створення основ здорового способу життя та профілактика розладів в організмі через несприятливі фактори професійної діяльності.

Висновки. Таким чином, примусові заходи, такі як застосування сили, вимагають від курсантів постійно вдосконалювати свою фізичну підготовку протягом навчального року, незалежно від погодних умов. Комплексний підхід до розвитку фізичних якостей, реалізація методів застосування сили у поєднанні із засобами виховання морально-вольових якостей дасть максимальний ефект при підготовці курсантів.

Список використаної літератури

1. Дідковський В. А. Фізична підготовка працівників Національної поліції України : навч. посіб. Київ : Нац. акад. внутр. справ, 2019. 98 с.
2. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. Київ, 2008.
3. Фізичне виховання : навч. посібник / за ред. Г. П. Грибана. Житомир, 2010. 471 с.
4. Кубіцький С. О. Система оцінювання готовності майбутніх офіцерів до професійної діяльності : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. пед. наук: спец. 13.00.04 «Теорія та методика професійної освіти». Київ, 2001. 20 с.
5. Леонтьев В. П. Нормативное обеспечение физической подготовки курсантов высших военно-учебных заведений сухопутных войск Министерства обороны Украины: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і с. : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». К., 2000. 22 с.
6. Овчарук І. С. Система фізичної підготовки майбутніх фахівців з ліквідації наслідків надзвичайних ситуацій : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і с. : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Львів, 2008. 20 с.
7. Пронтенко К. В. Теоретичні і методичні засади навчання гирьового спорту курсантів військових закладів вищої освіти у процесі фізичного виховання: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня доктора пед. наук : спец. 13.00.02. «Теорія та методика навчання (фізична культура, основи здоров'я)». Київ, 2018. 44 с.
8. Красота В. М. Спеціальна фізична підготовка офіцерів чергового бойового розрахунку командного пункту Військово-морських сил України : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і с. : спец. 24.00.02. «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Харків, 2007. 20 с.
9. Сергієнко Ю. П. Спеціальна фізична підготовка у системі професійного навчання фахівців податкової міліції : автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. вих. і с. : спец. 24.00.02 «Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення». Харків, 2005. 17с.
10. Романчук В. М., Романчук С. В. Фізична підготовка у Збройних Силах України : навч. посібник. Житомир: ЖВІРЕ, 2004. 144 с.