

Ю. В. Вереньга, П. П. Ахрамович

Національна академія внутрішніх справ

ОСОБЛИВОСТІ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ВПЕРШЕ ПРИЙНЯТИХ НА СЛУЖБУ СПІВРОБІТНИКІВ ОРГАНІВ ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ У ПЕРІОД ПОЧАТКОВОЇ ПІДГОТОВКИ

У статті досліджено стан та особливості організації фізичної підготовки з вперше прийнятими на службу працівниками ОВС України у період початкової підготовки. У дослідженні взяли участь 112 працівників I вікової групи. Дослідження проводилось із особовим складом курсів початкової підготовки при Національній академії внутрішніх справ. Було проведено аналіз нормативних документів, рівень фізичної підготовленості та адаптаційний потенціал вперше прийнятих на службу працівників ОВС України. Виявлено ряд недоліків, що знижують ефективність фізичної підготовки у період початкової підготовки. Визначено, що рівень фізичної підготовленості та фізичного стану новоприйнятих працівників є недостатнім для забезпечення високого рівня майбутньої професійної діяльності.

Ключові слова: початкова підготовка, вперше прийнятий працівник, фізична підготовка.

Постановка проблеми. В умовах складної криміногенної ситуації в державі надзвичайно важливе значення для успішного вирішення завдань забезпечення належного правопорядку і громадської безпеки має високий рівень підготовленості працівників міліції до ефективних дій у штатних та екстремальних умовах [1, 8]. Професійна підготовка працівників органів внутрішніх справ (ОВС) є вирішальним чинником якості правоохоронної діяльності, забезпечення законності та боротьби зі злочинністю. Високий рівень фізичної підготовленості як складової частини професійної підготовки гарантує ефективність виконання службових завдань, забезпечення особистої безпеки працівника міліції та його оточення [2]. Основи професійної підготовки закладаються майбутньому працівнику ОВС ще у курсантські роки під час навчання у вищих навчальних закладах (ВНЗ) МВС України.

Однак аналіз особових справ працівників показав, що на службі в ОВС України перебуває близько 40% співробітників, які не навчалися у ВНЗ МВС України. Для таких працівників встановленим порядком організовано курси початкової підготовки [11, 12]. Початкова підготовка – це процес формування у працівників ОВС спеціальних знань, умінь та навичок, необхідних для виконання службових обов'язків за конкретною посадою [12].

Фізична підготовка, як один з основних предметів початкової підготовки, спрямована на розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей працівника, збереження його здоров'я, творчості та трудової активності, всебічний розвиток фізичних якостей та формування навичок застосування за-

ходів фізичного впливу, необхідних для виконання оперативно-службових завдань. Однак аналіз нормативних документів з питань організації фізичної підготовки у період початкової підготовки [1, 7, 12] дозволив виявити причини, які знижують її ефективність: низький рівень фізичної підготовленості та здоров'я кандидатів на службу в ОВС України; недостатнє врахування рівня фізичного стану вперше прийнятих на службу працівників; недостатнє врахування категорій та специфіки майбутньої службової діяльності працівників; значний обсяг занять зі спеціальної фізичної підготовки та інші.

Напрямок розв'язання визначеної проблеми є удосконалення чинної системи фізичної підготовки новоприйнятих працівників ОВС України у період початкової підготовки з метою формування фізичної підготовленості, зміцнення здоров'я та прискорення процесу адаптації до нових умов службово-професійної діяльності.

Аналіз останніх досліджень і публікацій, а також керівних документів з організації початкової підготовки показав, що для новоприйнятих працівників, які не навчалися у ВНЗ МВС України, переважно через недостатній рівень фізичної підготовленості, важко адаптуватись до нових умов службової діяльності та навчання на курсах початкової підготовки [2, 3, 8]. Адже вчорашні цивільні особи потрапляють у нові умови навчальної та службової діяльності, нові життєві ситуації, що супроводжується істотною перебудовою психічних та фізіологічних станів. При цьому адаптація проходить на декількох рівнях: дидактичному (присотування до нової системи навчання та служби), соціально-психологічному (входження у новий колектив, статутні взаємовідносини) та професійному (сприйняття цінностей майбутньої службової діяльності, орієнтація на них) [5, 10].

У численних дослідженнях [2, 5, 9 та ін.] вказується на значні можливості фізичної підготовки з розвитку фізичних якостей, професійно значущих умінь і навичок, підвищенні адаптаційних можливостей організму, у покращанні фізичної працездатності, функціональних резервів організму й інших якостей працівників.

Аналіз робіт з проблем фізичної підготовки у початковий період навчання та діяльності [1, 8, 11, 12] дозволяє відмітити, що основними завданнями фізичної підготовки новоприйнятих працівників на етапі первинної підготовки повинні бути такі: прискорення адаптації до умов навчання, нового режиму життєдіяльності та служби; підвищення рівня загальної фізичної підготовленості; зміцнення організму; випереджувальний розвиток спеціальних фізичних якостей і рухових навичок; створення бази для швидкого оволодіння професійними навичками та уміннями; залучення працівників до систематичних занять фізичними вправами та спортом.

Науковому обґрунтуванню фізичної підготовки працівників ОВС присвячено значну кількість робіт [1, 7, 14]. Більшість наукових досліджень, які проводились у межах цієї галузі, присвячу-

валися, в основному, спеціальній фізичній підготовці курсантів ВНЗ МВС України [2, 8]. Незважаючи на суттєву наукову та практичну актуальність удосконалення фізичної підготовки вперше прийнятих на службу в ОВС України працівників у період початкової підготовки, ця проблема є недостатньо вивченою.

Мета роботи. Дослідити стан та особливості організації фізичної підготовки з вперше прийнятими на службу працівниками ОВС України у період початкової підготовки.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, педагогічне спостереження, тестування, експеримент, методи математичної статистики.

Робота виконується відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту у межах теми 3.8 «Теоретико-методологічні основи побудови системи масового контролю і оцінки рівня розвитку і фізичної підготовленості різних груп населення» (номер державної реєстрації 0111U000192).

Обговорення результатів дослідження. З метою дослідження стану та особливостей організації фізичної підготовки у період початкової підготовки нами було проведено аналіз нормативних документів, рівень фізичної підготовленості та адаптаційний потенціал вперше прийнятих на службу працівників ОВС України. Дослідження проводилось із особовим складом курсів початкової підготовки при Національній академії внутрішніх справ (НАВС). У дослідженні взяли участь працівники (чоловіки) I вікової групи ($n = 112$).

Аналіз нормативних документів [11, 12] показав, що початкову підготовку проходять усі працівники, яких уперше прийнято на службу в ОВС на посади рядового і начальницького складу. Наказом уповноваженого на те начальника кандидат на службу призначається на визначену посаду відповідно до фахового рівня. Йому присвоюється, згідно з визначеним порядком, перше спеціальне звання і встановлюється іспитовий строк до одного року.

Після призначення кандидата на посаду та присвоєння йому першого спеціального звання, його направляють на курси початкової підготовки. Курси початкової підготовки проводяться на базі ВНЗ МВС України. Тривалість і зміст навчання на курсах початкової підготовки визначаються навчальними планами і програмами (тривалість, як правило, не перевищує 1 року) [12].

Фізична підготовка вперше прийнятого особового складу, яка входить до програми початкової підготовки, – це педагогічно спрямований процес забезпечення спеціалізованої фізичної підготовленості до професійної діяльності із специфічними професійними характеристиками [11].

Система фізичної підготовки новоприйнятих працівників ОВС у період початкової підготовки включає загальну (ЗФП) та спеціальну фізичну підготовку (СФП) [7, 8].

Загальна фізична підготовка спрямована на збереження і зміцнення здоров'я, підвищення рівня загальної працездатності, оптимізацію фізичного та психічного стану, загартовування організму; виховання звички до регулярних занять фізичними вправами та здатності до перенесення великих фізичних навантажень; усунення недоліків у фізичній підготовленості та цілеспрямований розвиток окремих фізичних якостей, корекцію особливостей будови тіла (об'єму м'язів, ваги тіла, осанки тощо) [11, 14].

Спеціальна фізична підготовка сприяє досягненню об'єктивної готовності працівника органів внутрішніх справ до ефективних професійних дій з мінімальним ризиком для власного життя та здоров'я і спрямована на [8]: формування спеціальних знань, вмінь та навичок застосування заходів фізичного впливу, прийомів самозахисту та рукопашного бою у реальних обставинах оперативно-службової діяльності, у тому числі в умовах значних фізичних і психічних навантажень; формування навичок долання перешкод, пересування у різних умовах оперативно-службової діяльності; формування і вдосконалення професійно важливих фізичних та психічних якостей; забезпечення професійної працездатності та надійності організму (досягнення високого рівня функціонування систем і органів, які отримують найбільше навантаження у процесі службової діяльності); формування професійних рис характеру, у першу чергу – сміливості, рішучості, витриманості, впевненості у власних силах тощо.

За даними вчених [4, 5, 6, 9] визначено, що розвивати та вдосконалювати спеціальні фізичні якості, а також покращувати ефективність службової діяльності, не маючи достатнього рівня загальної фізичної підготовки, неможливо. Саме високий рівень загальної фізичної підготовки дозволяє розвивати основні фізичні якості, покращувати функціональні можливості організму, зміцнювати здоров'я, підвищувати працездатність та формувати основу для розвитку спеціальних якостей працівників.

Так, Ю.А. Бородін та інші вчені [3, 7, 14, 15] відмічають що, для прискорення адаптації, попередження розвитку негативних наслідків службової діяльності необхідна загальна та спеціальна фізична підготовка. ЗФП забезпечує покращення стану серцево-судинної системи, системи дихання та розвитку якостей, що обумовлюють високий рівень загальної працездатності працівників, дозволяє попередити виникнення професійних захворювань і травм, відхилень у фізичному стані та розвитку, а також прискорює процес входження у діяльність та відновлення витраченої нервової та м'язової енергії. Крім того, ЗФП сприяє створенню основи для адаптації організму до різних видів м'язової роботи та дії несприятливих чинників службової діяльності. Разом з тим, у процесі фізичної підготовки необхідний переважний розвиток тих фізичних якостей та функціональних можливостей організму, які найбільшою мірою впливають на результативність професійної діяльності. У зв'язку з цим підвищується також роль СФП, спрямованість якої забезпечується використанням спеціальних вправ, за

допомогою яких розвиваються якості та формуються рухові вміння і навички, специфічні лише для конкретних професій.

Залежно від характеру і специфіки проходження служби весь постійний особовий склад ОВС розподіляється на три службово-посадові категорії [11]:

- категорія № 1 – начальницький склад апарату МВС України, апаратів ГУМВС, УМВС, особовий склад науково-дослідних установ, навчальних закладів МВС України;
- категорія № 2 – рядовий та начальницький склад міських, районних, лінійних органів, державної автомобільної інспекції, міліції охорони, патрульної служби, слухачі магістратури;
- категорія № 3 – рядовий та начальницький склад підрозділів швидкого реагування, спеціального та особливого призначення.

Відповідно до службово-посадових категорій і повинна бути організована фізична підготовка з новоприйнятими працівниками на курсах початкової підготовки. Однак, у навчальному плані курсів початкової підготовки НАВС визначено співвідношення годин на фізичну підготовку, за яким на ЗФП виділено 52 години (при чому із них 2 години виділено на лекцію), а на СФП – 104 години на рік навчання для всіх категорій новоприйнятих працівників (у відсотках – це 30/70) [12].

Спираючись на роботи провідних вчених [3, 15] у галузі фізичної підготовки, можна стверджувати, що зміст занять повинен відрізнитись за обсягами загальної та спеціальної фізичної підготовки. Так для працівників 1 категорії, майбутня діяльність яких пов'язана з великими інтелектуальними, нервово-психічними навантаженнями при недостатніх фізичних навантаженнях, співвідношення обсягів ЗФП і СФП у відсотках повинно становити 70/30; для 2 категорії (дільничні інспектори, їх помічники, працівники автоінспекції, слідчі та їх помічники та інші) – 50/50, для співробітників ОВС 3 категорії, у службовій діяльності яких постійно мають місце значні фізичні та психологічні навантаження (боротьба з правопорушниками, напад, затримання, протидія тощо) – 30/70.

З метою визначення динаміки й рівня фізичної підготовленості кандидатів на службу в ОВС із числа цивільної молоді, нами були проаналізовані результати вступних іспитів з фізичної підготовки на курси початкової підготовки у 2009-2011 роках. У дослідженнях взяли участь чоловіки віком 20-24 роки ($n = 112$): випускники цивільних ВНЗ та юнаки після закінчення строкової служби у Збройних силах України (*табл. 1*).

Аналіз динаміки розвитку швидкості кандидатів дає право стверджувати, що результати з бігу на 100 м за останніх три роки практично не змінились ($P > 0,05$). Рівень швидкісних показників новоприйнятих працівників відповідає задовільному рівню (*табл. 1*).

Дослідження результатів з підтягування на перекладині дозволяє зробити висновок, що силові якості кандидатів на службу в ОВС мають стабільно регресивний характер (*табл. 1*). Так, у

2010-2011 роках середній результат знизився відносно 2009 року на 0,5 та 0,6 разу, але достовірно не відрізняється ($P > 0,05$). Рівень силових якостей новоприйнятих працівників за весь період дослідження оцінюється на «задовільно» (табл. 1).

Таблиця 1

Динаміка рівня розвитку фізичних якостей кандидатів на службу в ОВС України (2009–2011 рр.), (n=112)

Досліджувані показники	Роки дослідження		
	2009 n = 32	2010 n = 38	2011 n = 42
Біг на 100 м, с	14,1±0,12	14,2±0,10	14,2±0,09
Підтягування, рази	10,4±0,49	9,9±0,52	9,8±0,48
Біг на 1000 м, с	231,2±4,16	233,1±4,53	234,0±5,02

Результати з бігу на 1000 метрів мають подібну до бігу на 100 метрів та підтягування динаміку (табл. 1). Середній результат 2010 року знижується на 2,1 с відносно 2009 року ($P > 0,05$). Різниця між показниками витривалості у 2011 та 2009 роках становить 2,8 с та є недостовірною ($P > 0,05$). Результати кандидатів з бігу на 1000 м у 2009-2011 роках оцінюються як задовільні.

Детальний аналіз результатів вступних іспитів на курси початкової підготовки показав, що більше 80% результатів становлять «задовільно» і «незадовільно», а відсоток відмінних оцінок коливається в межах 5%.

Як показало дослідження, показники розвитку фізичних якостей новоприйнятих працівників з кожним роком знижуються. Такий рівень фізичної підготовленості не дозволяє повною мірою вирішити основні завдання фізичної підготовки на етапі початкової підготовки.

Аналіз літературних джерел [4, 13, 15] дозволив визначити, що причинами низького рівня фізичної підготовленості кандидатів на службу в ОВС є:

- зниження життєвого рівня в країні;
- недостатня ефективність функціонування системи фізичного виховання у ВНЗ України (проведення занять з фізичного виховання переважно тільки на I-II курсах);
- підвищення нервово-психологічного напруження внаслідок соціально-економічної нестабільності суспільства і разом з тим недостатня рухова активність та фізичне навантаження;
- наслідок Чорнобильської трагедії;
- недостатнє обладнання спортивних баз ВНЗ елементами спортивних споруд та спортивними снарядами та інші.

У працях фахівців з фізичного виховання останніх років [3, 6] зазначається, що до проблем підвищення фізичної підготовленості та здоров'я слід підходити з позиції теорії адаптації. Адаптація – це процес пристосування функцій організму до умов довкілля [10, 15]. Висновок про те, що адаптивні здібності людини визначають міру її індивідуального здоров'я є загально визнаним. Доведено також, що фізичні вправи є основним засобом тренування усіх фізіологіч-

них систем організму, оскільки адаптаційні механізми тренуються у результаті взаємодії фізичного, психічного навантаження та відновлення [6, 9]. Чим тренованіший організм, тим швидше проходить адаптація. При цьому вчені [3, 6] підкреслюють, що під дією різних негативних чинників службової діяльності, первинна відповідь організму забезпечується одними й тими ж фізіологічними системами – серцево-судинною та дихальною. Отже, для забезпечення успішного протікання процесу адаптації новопризначених працівників засобами фізичної підготовки необхідно підвищувати функціональні можливості саме системи забезпечення організму киснем – кардіореспіраторної системи [6, 15]. А це можливо здійснити у процесі загальної фізичної підготовки із застосуванням аеробних вправ, спрямованих на розвиток витривалості.

Дослідження адаптаційного потенціалу (АП) вперше призначених працівників ОВС України у період початкової підготовки є актуальним і своєчасним.

Оскільки узагальненим індикатором реакції пристосувальницького характеру всього організму виступає серцево-судинна система, то адаптаційний потенціал розглядається як комплексний показник взаємовідношення віку, показників функціонування системи кровообігу (пульсу, тиску) та фізичного розвитку (маси тіла і зросту). Для оцінки АП застосовувалась методика Р.М. Баєвського [15]. Чим вище адаптаційні здібності системи кровообігу, тим менше значення АП. У дослідженні взяли участь новопризначені працівники у 2010 році з різним рівнем фізичної підготовленості: до групи А увійшли працівники з високим рівнем фізичної підготовленості ($n = 18$), до групи Б – з низьким ($n = 35$). Результати дослідження висвітлені на діаграмі (рис. 1).

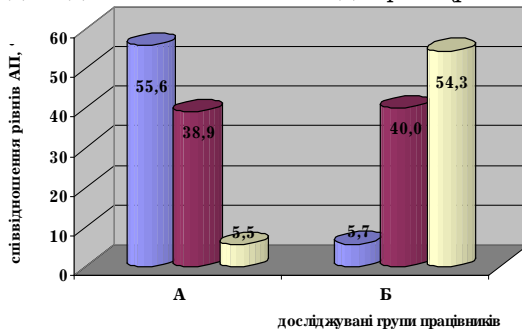


Рис. 1. Рівень адаптаційних можливостей вперше прийнятих на службу працівників з високим (А) та низьким (Б) рівнем фізичної підготовленості (2010 рік, $n = 53$, %)

■ – задовільна адаптація; ■ – напруження механізмів адаптації;
■ – незадовільна адаптація

Аналіз показав, що середнє значення АП у групі А становить 2,08 ум. од. та оцінюється, як задовільна адаптація, у групі Б –

3,34 ум. од. (незадовільна адаптація). Найбільший відсоток у групі А склали працівники із задовільною адаптацією – 55,6% (10 чоловік), а найнижчий – з незадовільною адаптацією – 5,5% (1 чоловік). У групі Б, навпаки – 54,3% (19 чоловік) з незадовільною адаптацією, 5,7% (2 чоловік) із задовільною, при цьому 40% (14 чоловік) характеризується напруженням механізмів адаптації (рис. 1).

Проведені дослідження свідчать про позитивний вплив занять фізичними вправами, які сприяють розвитку, в першу чергу, витривалості, на зміцнення здоров'я та прискорення процесу адаптації до нових умов діяльності працівників ОВС, які вперше прийняті на службу.

Висновки. Аналіз чинної системи фізичної підготовки співробітників ОВС у період первинної підготовки виявив ряд недоліків, що знижують її ефективність. Виявлено, що рівень фізичної підготовленості та фізичного стану новоприйнятих працівників є недостатнім для забезпечення високого рівня майбутньої службово-професійної діяльності на конкретних посадах.

Встановлено, що одним з напрямків удосконалення фізичної підготовки вперше прийнятих на службу працівників ОВС України у період початкової підготовки є обґрунтування змісту фізичної підготовки з урахуванням їх службової категорії та фізичного стану.

Перспективи подальших досліджень Передбачається дослідити рівень та динаміку показників фізичної підготовленості та здоров'я вперше прийнятих на службу працівників за період початкової підготовки.

Список використаних джерел:

1. Ануфрієв М. І. Службова підготовка працівників органів внутрішніх справ : навч.-метод. посіб. / М. І. Ануфрієв. – К. : РВВ МВС України, 2003. – 440 с.
2. Бабенко В. Сучасна система фізичної підготовки та перспективи її удосконалення в органах і підрозділах МВС України / В. Бабенко // Матеріали відкритої наук.-метод. конф. «Фізична підготовка військовослужбовців», 29-30 квітня 2003 р. – К., 2003. – С. 7-11.
3. Бородин Ю. А. Зміст та організація форм фізичної підготовки на етапах навчання у ВВНЗ : навч. посібник / Ю. А. Бородин, В. М. Романчук, С. В. Романчук. – Житомир : ЖВІРЕ, 2007. – 164 с.
4. Грибан Г. П. Життєдіяльність та рухова активність студентів / Г. П. Грибан. – Житомир : Рута, 2009. – 593 с.
5. Демьяненко Ю. К. Научное обеспечение физической подготовки / Ю. К. Демьяненко, И. А. Кузнецов. – СПб. : ВИФК, 1999. – 38 с.
6. Ендальцев Б. В. Влияние физических упражнений на формирование адаптационных реакций организма человека / Б. В. Ендальцев, В. Д. Мавроматис, Т. В. Альмамбетов // Тезисы докл. итоговой науч. конф. за 2003 год. – СПб. : ВИФК, 2004. – С. 47-49.
7. Заярін Г. О. Загальна та спеціальна фізична підготовка працівників міліції / Г. О. Заярін, С. О. Матюхін, О. М. Несін. – Донецьк : ДІВС, 2002. – 304 с.
8. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ : навч. посібник / М. І. Ануфрієв, С. Є. Бутов, О. Ф. Гіда,

- С. М. Решко ; за ред. Я. Ю. Кондратьєва та Є. М. Моїсеєва. – К. : НАВСУ, 2003. – 336 с.
9. Петрачков О. Аналіз взаємозв'язку між фізичною та професійною підготовленістю у військовослужбовців різних військових спеціальностей / О. Петрачков // Теорія і методика фіз. виховання і спорту. – 2007. – №4. – С. 67–69.
 10. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская л-ра, 2004. – 808 с.
 11. Положення з організації професійної підготовки осіб рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України : Наказ МВС України № 318 від 13.04.2012 р.
 12. Положення про організацію початкової підготовки (спеціалізації) працівників органів внутрішніх справ України : Наказ МВС України № 177 від 24.04.2009 р.
 13. Про стан фізичного виховання та спорту у вищих навчальних закладах України відповідно до існуючої нормативно-правової бази : рішення колегії Міністерства освіти і науки України №4/3-22 від 25 березня 2004 р.
 14. Савченко А. О. Загальна фізична підготовка працівників ОВС України / А. О. Савченко, О. І. Камаєв, П. І. Филипенко. – Х. : НУВС, 2003. – 40 с.
 15. Теорія і методика фізичного виховання : у 2 т. / за ред. Т. Ю. Круцевич. – К. : Олімпійська література, 2008.

В статье исследованы состояние и особенности организации физической подготовки с впервые принятыми на службу сотрудниками ОВД Украины в период начальной подготовки. В исследовании приняли участие 112 сотрудников 1 возрастной группы. Исследование проводилось с личным составом курсов начальной подготовки при Национальной академии внутренних дел. Был проведен анализ нормативных документов, уровень физической подготовленности и адаптационный потенциал с впервые принятых на службу сотрудников ОВД Украины. Выявлен ряд недостатков, снижающих эффективность физической подготовки в период начальной подготовки. Определено, что уровень физической подготовленности и физического состояния с впервые принятых сотрудников является недостаточным для обеспечения высокого уровня будущей профессиональной деятельности.

Ключевые слова: начальная подготовка, впервые принятый сотрудник, физическая подготовка.

State and features of organization of physical training with servicemen, which first time came to Internal Affairs of Ukraine in the period primary training were explored in the article. 112 servicemen of the first age groups took part in research. The experiment was conducted with the staff of course of primary training at National Academy of Internal Affairs. The analysis of documents, level of physical preparedness and adaptation potential of servicemen, which first time came to Internal Affairs of Ukraine were conducted. The number of drawbacks of physical training at the period of primary training has been detected. It was set, that the level of physical preparedness and physical state of servicemen, which first time came to Internal Affairs of Ukraine is too low to ensure the high level of future professional activities.

Key words: primary training, servicemen, which first time came, physical training.

Отримано: 10.06.2012