

**ЛЬВІВСЬКИЙ ЮРИДИЧНИЙ ІНСТИТУТ  
КИЇВСЬКОГО НАЦІОНАЛЬНОГО УНІВЕРСИТЕТУ  
ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СПЕЦІАЛЬНОЇ ТА  
ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ І СТУДЕНТІВ  
ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ**

**Матеріали науково-практичного семінару**

**Львів-2005**

Актуальні проблеми спеціальної та фізичної підготовки курсантів та студентів вищих навчальних закладів: Методичні науково-практичного семінару. – Львів: Львівський юридичний інститут Київського національного університету внутрішніх справ, 2005. – 76 с.

*У збірнику представлено науково-методичні статті викладачів вищих навчальних закладів, які висвітлюють психолого-педагогічні, зумовлені, організаційні проблеми удосконалення процесу спеціальної та фізичної підготовки курсантів і студентів.*

#### **Редакційна колегія:**

*Кость Микола Михайлович*, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, начальник кафедри спеціальної та фізичної підготовки Львівського юридичного інституту Київського національного університету внутрішніх справ, доцент;

*Банаш Сергій Михайлович*, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спеціальної та фізичної підготовки Львівського юридичного інституту Київського національного університету внутрішніх справ;

*Гречанок Оксана Олексівна*, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спеціальної та фізичної підготовки Львівського юридичного інституту Київського національного університету внутрішніх справ;

*Дрежко Марина Олександрівна*, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент кафедри спеціальної та фізичної підготовки Львівського юридичного інституту Київського національного університету внутрішніх справ.

© Львівський юридичний інститут  
Київського національного університету  
внутрішніх справ, 2005

## **ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ВАЖЛИВИЙ ЕЛЕМЕНТ ЗАГАЛЬНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ ОВС**

**Алембець М.М.**

*Львівський юридичний інститут Київського  
національного університету внутрішніх справ*

**Постановка проблеми.** Затримання злочинця характеризується небезпечною, браком часу та інформативності для прийняття відповідних рішень, передбаченості дій та іншими стресовими факторами. Працівникам міліції, які беруть участь у розшуку і затриманні злочинця, доводиться переносити значні психологічні та фізичні навантаження. Тому, поряд із тактичною, вогневою і психологічною, величезне значення відіграє і фізична підготовка працівників міліції, мета якої – сформувати фізичні якості та закріпити навички, необхідні при затриманні злочинця.

Заявлять з фізичної підготовки, які проводять з інспекторським складом апаратів кримінального розшуку органів внутрішніх справ, не відповідають поставленим вимогам. Так стверджує більшість (80%) опитаних нами інспекторів кримінального розшуку з різних областей і районів України, які проходять перепідготовку в нашому інституті. Вони зазначили, що фізичну підготовку проводять не систематично, формально, а фізичні вправи вибирають випадково. На таких заняттях рідко відпрацьовують прийом самбо, інших видів боротьби, проте багато часу відводять непродуктивним видам фізичних вправ, наприклад, тріу волейбол, футбол та ін.

**Метою нашого дослідження** стало визначення вимог до фізичних якостей працівників органів внутрішніх справ, необхідних для успішної діяльності при затриманні небезпечного злочинця, і розробка на цій основі спеціальних рекомендацій щодо покращення їх професійно-прикладної фізичної підготовки.

**Основні результати дослідження.** Теорія фізичного виховання стверджує, що вимоги до професійно-прикладної підготовки визначаються характером виконуваних рухових дій і особливо впливом зовнішніх умов праці. Під характером рухових дій при затриманні небезпечного злочинця слід розуміти функціональний склад пієї діяльності і пов'язані з нею суттєві особливості окремих "технічних" (на відміну від тактичних) прийомів ("робочих операцій"). При описі останніх беруть до уваги типи руху, просторово-часові і силові аспекти дій, особливості координації рухів, показники, які характеризують витривалість та ін.

Аналізуючи з цих позицій дії працівника міліції, пов'язані безпосередньо із захопленням небезпечного злочинця, бачимо, що рухи його верхніх і нижніх кінцівок повинні бути надзвичайно точними і різноманітними.

2. Типова навчальна програма з фізичної підготовки для навчальних закладів МВС України. – К., 1993.
3. Шейко́вий А.С. Жіно́чка шко́ла самозащити. – К., 1993. – 112 с.
4. Мертенс Норберт. Самооборона для жінок. – М., 1992. – 44 с.
5. Бреді Ю.В., Смоляков С.А. Сто приемов женской самообороны. – Барнаул, 1991. – 90 с.
6. Ван Би Хун. Дим Мак или искусство поражения нервных центров. – Барнаул, 1991. – 16 с.
7. Дим-Мак искусство «японитой руки». – Москва, 1996. – 208 с.
8. Тарас А.Е. Энциклопедический справочник. Боевые искусства. – М.: Харвест, 1996. – 640 с.
9. Данин А.А., Попов Г.В. Кэмпо – традиция воинских искусств. – М., 1990. – 430 с.
10. Гавриков А., Масюков Ю., Зенько Л. Боевое дзюдо. – Рига, 1991. – 140 с.
11. Петухович Г.П. Основы классического дзюдо. – Пермь, 1993. – 304 с.
12. Пондеев С.Д. Айкидо. Айки-Джитсу. – Минск, 1995. – 160 с.
13. Нестебуж А., Ринни О. Айкидо и динамическая сфера. – София, 1997. – 368 с.
14. Аши Филли, Айкибулю. – Гверь, 1995. – 250 с.
15. Тарас А.Е. Боевые искусства. Рукоприкладство по самозащите. – Минск, 1997. – 590 с.
16. Пондеев С.Д. Дзюдо-джитсу. – Минск, 1997. – 208 с.
17. Ким Ли Кван, Хинкидо. – Харьков, 1998. – 192 с.
18. Дебурдзвичакский Я., Шинкин И., Шандаров В. Битва неуязвимым. – Ч. 1. К., 1993. – 200 с.
19. Мажидев А.И., Новиков С.Д. Как драться в НКВД. – М., 1993. – 200 с.

## ХАРАКТЕРИСТИКА РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ КУРСАНТІВ ПЕРШОГО КУРСУ ЛЬВІВСЬКОГО ІНСТИТУТУ ПОЖЕЖНОЇ БЕЗПЕКИ МНС УКРАЇНИ УПРОДОВЖ ПЕРШОГО СЕМЕСТРУ НАВЧАННЯ

Ковальчук А.М., Антошків Ю.М., Бабак В.К.

Львівський інститут пожежної безпеки МНС України

**Постановка проблеми.** Сучасні способи тасіння пожеж із застосуванням різноманітної пожежної техніки вимагають від особового складу Державної пожежної охорони МНС України високої професійної майстерності, складовою частиною якої є фізична підготовленість [1, 2]. Фізична підготовленість – це складовий компонент генетичних задатків і набутих якостей та навичок [3]. З позиції термінової адаптації рухові завдання, які скоюються в одному занятті, не спричиняють глибоких змін у підвищенні рівня фізичної підготовленості курсантів ЛПБ МНС України. В результаті відсутній необхідний оперативний ефект, і як наслідок – адаптаційний зв'язок з формуванням підвищеного рівня тренуючої рухової якості [4].

Тому метою нашого дослідження став аналіз зміни рівня фізичної підготовленості курсантів ЛПБ МНС України упродовж першого семестру навчання задля визначення шляхів підвищення рівня фізичної підготовленості перемінного складу ЛПБ МНС України. Для досягнення поставленої мети необхідно вирішити наступні задачі: 1) проаналізувати зміну рівня фізичної підготовленості курсантів ЛПБ МНС України упродовж першого семестру навчання; 2) визначити шляхи підвищення рівня фізичної підготовленості курсантів ЛПБ МНС України.

На початку та у кінці першого навчального семестру у Львівському інституті пожежної безпеки МНС України згідно вимог Наказу МВС України від 21.10.2000 року було протестовано 200 курсантів з фізичної підготовки. Їх було розподілено на вісім навчальних груп у середньому по 25 чоловік. Тестування проводилось на базі навчально-спортивного комплексу і включало три контрольних нормативи: біг 100 м; біг 1000 м; підтягування на перекладині.

Наведені результати тестування (табл. 1) показали, що рівень фізичної підготовленості курсантів є середнім. Разом з тим, 23 курсанти (що становить 11,5% від загальної кількості курсантів) за результатами тестування отримали оцінку “незадовільно”. Це свідчить, про необхідність тестування кандидатів на навчання комплексу юними органами.

Порівняльний аналіз результатів здачі контрольних нормативів на початку та у кінці першого семестру навчання показав, що середні показники з підтягування погіршились на 14,2%, з бігу на 100 м погіршились на 4,8%; з бігу на 1000 м погіршились на 1,3%. Даний аналіз показує, що необхідно зосередити увагу на комплексності проведення навчальних занять загально фізичного спрямування, розвитку основних фізичних якостей: сили, швидкості.

Підвищення рівня фізичної підготовленості курсантів пожежної техніки навчальних закладів МВС України в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки забезпечується наступними шляхами: цілеспрямованим формуванням професійно важливих навичок і розвитком фізичних якостей працівника ДПО МВС України в процесі професійно-прикладної фізичної підготовки; збільшенням обсягу і часу занять професійно-прикладної фізичної підготовки; активними і пасивними засобами оздоровлення умов професійної діяльності.

Формування професійних навичок і розвиток фізичних якостей повинно здійснюватись у процесі діяльності за змістом близької до оперативно-службової діяльності; при цьому краще не в одній, а у декількох її видах, обов'язково аналогічних за структурою [5; 6]. У зв'язку з цим дуже важливо при формуванні і розвитку професійно важливих навичок, фізичних якостей курсантів ЛПБ МНС України в процесі професійно-

прикладної фізичної підготовки використовувати паралельно чи послідовно різні методи і засоби фізичного виховання, що моделюють особливості оперативно-службової діяльності.

Таблиця 1  
Динаміка фізичної підготовленості курсантів першого курсу Львівського інституту пожежної безпеки МНС України  
Упродовж першого семестру навчання

Етап тестування	Група	Найменування нормативу						
		Підприємства, кількість разів		Базис				
		Результат	Бали	Результат	Бали			
На початку першого семестру навчання		13,11	3,92	13,33	3,6	3,16	3,37	
		13,69	4,03	13,36	3,8	3,24	3,34	
		12,65	3,62	13,28	3,4	3,22	3,41	
		12,78	3,69	13,42	4,1	3,36	3,36	
		13,22	4,02	13,21	3,66	3,41	3,33	
		13,48	3,98	13,57	3,73	3,37	3,38	
		13,52	3,88	13,58	3,78	3,22	3,39	
		13,42	3,83	13,57	3,63	3,19	3,31	
		<b>13,23</b>	<b>3,87</b>	<b>13,42</b>	<b>3,71</b>	<b>3,27</b>	<b>3,36</b>	
	Наприкінці першого семестру навчання		10,25	3,59	13,91	3,89	3,27	4,93
			10,82	3,89	14,05	3,73	3,28	4,95
			11,87	4,27	14,28	3,07	3,26	4,97
		11,42	4,37	14,15	3,15	3,31	4,75	
		10,71	3,78	14,29	3,03	3,29	4,92	
		11,18	4,12	14,08	3,75	3,21	4,79	
		12,31	4,79	13,96	3,82	3,22	4,85	
		12,23	4,71	13,83	3,98	3,24	4,87	
		<b>11,35</b>	<b>4,19</b>	<b>14,07</b>	<b>3,55</b>	<b>3,26</b>	<b>4,88</b>	

На формування професійних навичок і розвиток фізичних якостей курсантів ЛШПБ МНС України сприятливо впливає їхній інтерес до обраної професії, бажання навчатися, систематичність планування і проведення занять з професійно-прикладної фізичної підготовки [7].

#### Висновки:

1. Зниження рівня фізичної підготовленості перемінного складу ЛШПБ МНС України обумовлене змінною режиму дня, змінною побутових умов, додатковим психологічним навантаженням.

2. Одним з важливих умов підвищення рівня фізичної працездатності курсантів ЛШПБ МНС України є покращення якості навчальної, само-

стійної і спортивної діяльності в системі професійно-прикладної фізичної підготовки.

3. Слід використовувати індивідуалізований диференційний підхід до навчально-виховного процесу курсантів ЛШПБ МНС України, з розрахунком індивідуальної величини тренувальних навантажень і запланованих результатів упродовж усього часу навчання за існуючою методикою.

4. Потрібно переглянути і доповнити існуючу програму фізичної підготовки відповідно до сучасних вимог, а саме: необхідність дотримання динамічної рівноваги між важливими сторонами рухової функції – формування рухових умінь, навичок і розвитком фізичних якостей; якісніше використовувати час, відведений на самопідготовку.

1. Наказ МВСУ від 25.11.2003 року №1444.
2. Наказ МВСУ від 15.08.2001 року №690.
3. *Линьч М.М.* Основи методики розвитку рухових якостей. – Львів: Штаб, 1997. – 207 с.
4. *Платонов В.Н.* Адаптація в спорті. – К.: Здоров'я, 1988. – 214 с.
5. *Платонов В.М., Булатова М.М.* Фізична підготовка спортсмена. Навч. посібник. – К.: Олімпійська література, 1995. – 320 с.
6. *Шван Б.М., Паруша В.Т.* Теорія фізичного виховання. – Тернопіль: Збруч, 2000. – 183 с.
7. *Шадриков В.Д.* Психологія діяльності и способности человека. – М.: Логос, 1996. – 318 с.

### ВЗАЄМЗВ'ЯЗОК ДЕРЖАВНОЇ І ПРОМАДСЬКОЇ ФОРМИ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНО-СПОРТИВНОГО РУХУ В УКРАЇНІ

Кухтій А.О.

Львівський державний інститут фізичної культури

**Постановка проблеми.** Ефективне функціонування фізкультурно-спортивного руху в Україні неможливе без достатньої координації та регулювання взаємозв'язків між організаційними формами всіх рівнів у системі управління галуззю [2].

**Основні результати дослідження.** Система фізичного виховання в Україні є сукупністю її різноманітних форм, управління і контролю, а також характеру взаємодії цих форм з відповідними державними і промисловими органами країни. В Україні, як і у багатьох інших державах, склалися дві основні форми організації фізичного виховання: державна і промислова [3].

Державна форма організації роботи з фізичної культури полягає в тому, що вся робота з фізичного виховання здійснюється в системі державних установ, причому держава безпосередньо керує цією роботою. Державна форма організації роботи з фізичної культури забезпечує вирішення

## ЗМІСТ

<i>Алембєць М.М.</i> Професійно-прикладна фізична підготовка як важливий елемент загальної підготовки працівників ОВС.....	3
<i>Банак С.М.</i> Метод відбору службових пістолетів для спортивних цілей.....	6
<i>Гречанюк А.О., Костюковський М.Г., Голодієвський М.І.</i> Шляхи вдосконалення спеціальної фізичної підготовки жінок-курсантів у вищих навчальних закладах МВС України.....	9
<i>Ковальчук А.М., Антошиків Ю.М., Бабак В.К.</i> Характеристика рівня фізичної підготовленості курсантів першого курсу Львівського інституту пожежної безпеки МНС України упродовж першого семестру навчання.....	12
<i>Кухтій А.О.</i> Взаємозв'язок державної і громадської форми організації фізкультурно-спортивного руху в Україні.....	15
<i>Душак А.Р.</i> Актуальні проблеми удосконалення спеціальної фізичної підготовки у вищих навчальних закладах МВС України.....	18
<i>Мительський В.В.</i> Рукопашний бій як засіб психологічної підготовки військовослужбовців.....	24
<i>Павлюк Є.О., Пятков В.Т.</i> Моделювання інтерактивних систем „стрілець-зброя-рухома ціль”.....	24
<i>Петренко К.Г.</i> Удосконалення процесу фізичної підготовки у вищих навчальних закладах МВС України (аналіз літературних джерел).....	28
<i>Прокопчук О.І.</i> Фізична підготовка у формуванні особистості майбутнього працівника органів внутрішніх справ України.....	33

<i>Пятков В.Т.</i> Актуальні проблеми удосконалення методики підготовки студентів і курсантів ВНЗ МОУ, МНС, МВС України.....	37
<i>Рыбак І.М.</i> Рухова активність і рівень здоров'я студентів вищих навчальних закладів.....	44
<i>Суренко Р.Р., Козакова Т.В., Сітин О.Д.</i> Підвищення фізичного стану студентів на заняттях фізичного виховання.....	43
<i>Суренко Р.Р., Сапронов М.О.</i> Критерії інформативності тестування фізичної підготовленості студентів вищих навчальних закладів.....	46
<i>Сивака С.С.</i> Проблеми застосування сили працівниками міліції: філософські аспекти.....	50
<i>Тьорло О.І.</i> Шляхи підвищення фізичної підготовленості курсантів-жінок під впливом занять зі спеціальної фізичної підготовки.....	53
<i>Флорд О.В.</i> Значимість диференційованого підходу у процесі фізичної підготовки курсантів вищих навчальних закладів МВС України.....	56
<i>Франчук В.І., Буличек В.Р.</i> Аналіз фізичної підготовки курсантів Львівського юридичного інституту в період табірної збору як основа проектування самостійного тренування.....	64
<i>Штандрем М.Й.</i> Взаємозв'язок правового і фізичного виховання курсантів.....	68
<i>Яремко М.О.</i> Оздоровчі види гімнастики у системі секційної роботи студентів вищих навчальних закладів.....	70