

Державний заклад
«ПІВДЕННОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ
ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені К. Д. УШИНСЬКОГО»

ПРОБЛЕМИ РЕАБІЛІТАЦІЇ

збірник наукових праць

Одеса
2021

УДК:376
П781

ДРУКУЄТЬСЯ ЗА РІШЕННЯМ
Вченої Ради
ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського
(протокол № 7 від 25.03.2021 р.)

РЕЦЕНЗЕНТИ:

Ганчар І.Л. – професор, доктор педагогічних наук, професор кафедри фізичного виховання і спорту Національного університету «Одеська морська академія».

Кисличенко В.А. – доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спеціальної освіти Миколаївського національного університету імені В.О. Сухомлинського.

РЕДАКЦІЙНА КОЛЕГІЯ:

Головний редактор – професор **Форостян О. І.**
Відповідальний редактор – доцент **Соколова Г. Б.**
Технічний редактор – викладач **Маматова З. Р.**

Члени редколегії:

Соколова Г.Б. – доктор психологічних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

Лещій Н.П. – доктор педагогічних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

Арнаутова Л.В. – доцент, кандидат медичних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

Начинова О.В. – доцент, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри дефектології та фізичної реабілітації ДЗ «ПНПУ імені К.Д. Ушинського»

Притиковська С.Д. – кандидат педагогічних наук, завідувача СНДЗ №193 компенсуючого типу м. Одеси

Григор'єва Л.В. – директор, вчитель-методист, спеціаліст вищої категорії Одеської спеціальної школи №75 I-II ступенів Одеської міської ради Одеської області.

Проблеми реабілітації: Збірник наукових праць, Одеса, / редкол. О.І. Форостя та ін. - Одеса: видавець Букаєв Вадим Вікторович, 2021. - 114 с.

УДК:376
ББК:74.00

© ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний
університет імені К. Д. Ушинського», 2021

4. Чирва Г. Проблеми фізичного виховання і здоров'я у педагогічній спадщині К. Д. Ушинського. Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві: зб. наук. пр. 1999. С.

Носкова Т. І., Безродна А. В.

**ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК КОМПЛЕКС ЗАХОДІВ, СПРЯМОВАНИЙ
НА ФОРМУВАННЯ ТА ВДОСКОНАЛЕННЯ УМІНЬ
ТА НАВИЧОК ПОЛІЦЕЙСЬКОГО**

Сучасний стрімкий розвиток науково-технічного прогресу характеризується різноманітними змінами у суспільстві. Новітні винаходи, сучасні технології, розробки приносять людству користь, полегшують умови праці, тощо. Різноманіття професій та посад в Україні обумовлює наявність спеціальних підходів до трудової правосуб'єктності працівників. Для кандидатів на зайняття певних посад національне законодавство та локальні акти роботодавця встановлюють додаткові вимоги. Це можуть бути вимоги щодо віку, освіти, стану здоров'я, стажу роботи, ділових та моральних якостей, фізичної та психологічної підготовки тощо. Зазначене у юридичній літературі отримало назву «спеціальна трудова правосуб'єктність». Отже, володіння спеціальною трудовою правосуб'єктністю є необхідним для вступу у певні трудові правовідносини.

Службово-бойова діяльність правоохоронців передбачає силове затримання, а в разі крайньої необхідності і ліквідацію правопорушників, злочинців, терористів та інших кримінальних елементів, які під час силового затримання у переважній більшості випадків чинять опір. У свою чергу рукопашний бій, як складова спеціальної фізичної підготовки курсантів – правоохоронців МВС України під час силового затримання відіграє важливу роль, тому дослідження та удосконалення даного розділу досліджуваного єдиноборства являється практичним завданням для курсантів-правоохоронців-майбутніх офіцерів.

Взагалі ж рівень фізичної підготовки слід вважати ключовою вимогою до кандидата на службу. 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. Сучасні теоретики фізичної підготовки вважають, що освіта в цій галузі здійснюється в основному за такими аспектами: загальний “руховий”, або базова фізкультурна освіта, що передбачає вдосконалення природних, а також формування та розвиток нових рухових навичок і фізичних якостей на оптимальному для життєдіяльності людини рівні, та засвоєння мінімуму знань.

Вимоги до рівня фізичної підготовки кандидата на посаду поліцейського містяться у наказі Міністерства внутрішніх справ України «Про затвердження Положення з організації перевірки рівня фізичної

підготовленості кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України» від 9 лютого 2016 р. № 90.

Рівень фізичної підготовленості кандидатів визначається за результатами виконання таких контрольних вправ:

- 1) згинання та розгинання рук в упорі лежачи (для жінок);
- 2) комплексна силова вправа (для чоловіків);
- 3) біг на 100 метрів (для жінок та чоловіків);
- 4) біг на 1000 метрів (для жінок та чоловіків).

Рівень фізичної підготовленості кандидатів на службу до підрозділів поліції особливого призначення незалежно від статі визначається за результатами виконання таких контрольних вправ:

- 1) підтягування на перекладині;
- 2) комплексна силова вправа;
- 3) біг на 100 метрів;
- 4) біг на 3000 метрів.

Зазначені вправи, на наш погляд, дозволять виявити ті особливості фізичної підготовки, які необхідні для виконання у подальшому поліцейськими службових обов'язків.

Доречною також є позиція щодо формування стану готовності у підготовці поліцейського повинно здійснюватися у вигляді цілеспрямованої психолого-педагогічної підготовки, що включає в себе засвоєння комплексу спеціальних професійних знань, умінь, навичок і вироблення необхідних особистісних якостей, а також включати в себе профільні дисципліни: тактико-спеціальну, вогневу та психологічну підготовку.

Спортивно-масові заходи спрямовані на пропаганду фізичної підготовки і спорту, здорового способу життя серед особового складу загальноосвітніх установ системи МВС України, залучення до регулярних занять фізичними вправами, підвищення спортивної майстерності курсантів, які займаються в спортивних секціях, спортивних свят, лижних або туристських походів і т. ін. Вочевидь треба усвідомлювати, що для оволодіння різними професійними вміннями та навичками необхідно розвивати здібності поступово або відносно швидко точно узгоджувати свої рухові дії з силових, просторових і часових параметрів.

Професійно-прикладна фізкультурна освіта спрямована на формування та удосконалення таких специфічних рухових навичок, які дозволяють людині виконувати професійні функції ефективно, зберігаючи досить тривалий час високу працездатність. Метою специфічної освіти є оволодіння знаннями для розкриття біологічних резервів і адаптаційних можливостей людини на граничних рівнях рухової активності. Навчальні заняття з фізичної підготовки це основна форма підготовки курсантів і слухачів відповідним фізичним якостям. Основне джерело відведеного часу – навчальні практичні заняття, а рівня підготовленості – компоненти навчального плану. Навчальне практичне заняття складається з трьох частин:

вступна, основна і заключна. У вступній частині основним елементом є розминка, загально розвиваючі і спеціально підготовчі вправи.

Таким чином, освіта в галузі фізичної підготовки передбачає створення умов для вільного і всебічного розвитку рухової діяльності людини для її гармонійного фізичного зростання, зміцнення здоров'я; створення бази для ефективної діяльності у всіх галузях життя, праці, побуту. Навчання з фізичної підготовки передбачає формування та вдосконалення в майбутніх 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 в процесі виконання фізичних вправ; – практичних навичок застосування прийомів самозахисту, особистої безпеки, фізичного впливу тощо.

Список використаних джерел:

1. Артем'єв В. О. Спеціальна фізична підготовка працівників ОВС України : підручник / В. О. Артем'єв, О. А. Ярещенко, В. В. Сергієнко. – Харків : [б.в.], 2011. – С. 177–184.
2. Бондаренко В. В. Фізичний стан курсантів Національної академії внутрішніх справ // Юридична психологія та педагогіка. К., 2015. № 2.
3. Організація та проведення практичних занять з тактико-спеціальної підготовки із працівниками органів та підрозділів внутрішніх справ України в ситуаціях озброєної протидії з боку злочинців : метод. рек. / С. М. Банах, В. Р. Булачек, І. Ю. Землянський, Ю. Р. Йосипів, М. О. Лиса, М. В. Моргун, В. М. Синенький, О. І. Тьорло. – Львів : ЛьвДУВС, 2013.
4. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ / М. І. Ануфрієв, С. Є. Бутов, О. Ф. Гіда, С. М. Решко: навч. посіб. К.: Нац. акад. внутр. справ, 2003. 336 с.
5. Про затвердження Положення з організації перевірки рівня фізичної підготовленості кандидатів до вступу на службу в Національну поліцію України : наказ МВС України від 09.02.2016 № 90 // База даних «Законодавство України» / Верховна Рада України. URL: <http://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0306-16>

Проскурня Є. Є., Ком'яга А. В.

ВИКОРИСТАННЯ РИВКУ ГИРЕЮ З ДОВІЛЬНОЮ ЗМІНОЮ РУК (Р-12) ДЛЯ ПІДГОТОВКИ МАЙБУТНІХ ПРАВООХОРОНЦІВ

В 2018 році в Україні вперше було проведено офіційні змагання з дисципліни «Ривок з довільною зміною рук без постановки гири на поміст (Р-12)». Змагання проводилися з метою організації фізкультурно-оздоровчої і спортивної діяльності у Збройних Силах України та інших військових формуваннях, утворених відповідно до законів України, у правоохоронних