

## ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

УДК 796.01/.09.-056.2

ВЕРЕНЬГА Ю. В.

Національна академія внутрішніх справ

## Стан фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення

**Анотація. Мета:** дослідити рівень розвитку фізичних якостей працівників МВС України різних службово-посадових категорій на етапі професійного становлення. **Матеріал:** у дослідженні взяли участь 104 працівники першої вікової групи різних службово-посадових категорій: 1-ї – 32 чол., 2-ї – 37 чол., 3-ї – 35 чол. Було проаналізовано результати з бігу на 100 м, підтягування на перекладині та бігу на 1000 м під час вступних іспитів на курси початкової підготовки. **Результати:** виявлено, що рівень фізичної підготовленості працівників на етапі професійного становлення є недостатнім. Найнижчий рівень фізичної підготовленості визначено у працівників 1-ї категорії ( $p < 0,05 - 0,001$ ). Серед фізичних якостей найгірший рівень у працівників усіх категорій зафіксовано у показниках витривалості. **Висновки:** результати дослідження свідчать про необхідність удосконалення чинної програми з фізичної підготовки працівників 1-ї категорії на курсах початкової підготовки шляхом покращання рівня розвитку основних фізичних якостей (зокрема витривалості).

**Ключові слова:** фізична підготовка, фізична підготовленість, витривалість, працівник, етап професійного становлення.

**Вступ.** Професійна підготовка працівників органів внутрішніх справ (ОВС) є вирішальним чинником якості правоохоронної діяльності, забезпечення законності та боротьби зі злочинністю. Фізична підготовка як невід'ємна частина професійної підготовки сприяє ефективному виконанню службових завдань, забезпеченню особистої безпеки працівників міліції та їх оточення [5; 8; 9]. 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% правоохоронців, які не навчалися у ВНЗ МВС України. Для професійного становлення таких працівників організовано курси початкової підготовки, під час навчання на яких відбувається формування спеціальних знань, умінь та навичок, необхідних правоохоронцям для виконання службових обов'язків за конкретною посадою [3; 8; 10].

Працівникам, які не навчалися у ВНЗ МВС України важко адаптуватись до нових умов навчальної та службової діяльності в ОВС, адже вчорашні цивільні особи потрапляють у нові умови навчальної та службової діяльності, нові життєві ситуації, що супроводжується істотною перебудовою психічних та фізіологічних станів.

У працях багатьох учених [1; 4; 6; 7] встановлено, що фізична підготовка як один з основних предметів початкової підготовки має значні можливості у прискоренні процесу адаптації до нових умов службово-професійної діяльності, зміцненні здоров'я, підвищенні функціональних резервів організму працівників, випереджувальному розвитку спеціальних фізичних якостей, формуванні навичок, необхідних для виконання службових завдань.

Разом з тим аналіз нормативних документів з питань організації фізичної підготовки на етапі професійного становлення [9; 10] дозволив виявити низку причин, які знижують її ефективність: низький рівень фізичної підготовленості та здоров'я кандидатів на службу; недостатнє врахування вихідного рівня

фізичного стану працівників; недостатнє врахування службово-посадових категорій та специфіки майбутньої службової діяльності правоохоронців; значний обсяг занять зі спеціальної фізичної підготовки.

Аналіз наукових праць С. М. Безпалога, М. І. Ануфрієва та інших вчених [2; 4; 8] дозволяє дійти висновку, що напрямок розв'язання визначеної проблеми є удосконалення чинної програми фізичної підготовки працівників ОВС України на курсах початкової підготовки шляхом запровадження нового порядку планування й організації фізичної підготовки із працівниками залежно від службово-посадових категорій.

**Зв'язок роботи з науковими програмами, темами, планами.** Дослідження виконано 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).

**Мета дослідження:** дослідити рівень розвитку фізичних якостей працівників МВС України різних службово-посадових категорій на етапі професійного становлення.

**Матеріал і методи дослідження:** аналіз та узагальнення літературних джерел, педагогічне спостереження, тестування, статистичні методи.

З метою дослідження рівня фізичної підготовленості працівників різних службово-посадових категорій ми проаналізували відомості результатів перевірки фізичної підготовленості під час вступних іспитів на курси початкової підготовки у різних ВНЗ МВС України у 2009–2011 роках. У дослідженні взяли участь працівники першої вікової групи ( $n=104$ ) різних категорій: 1-ї – 32 чол., 2-ї – 37 чол., 3-ї – 35 чол. Було проаналізовано результати з бігу на 100 м, підтягування та бігу на 1000 м. Оцінювання проводилося відповідно до наказу МВС України від 25.11.2003 року № 1444 «Про організацію професійної підготовки рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України» зі змінами та доповненнями.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Етап професійного становлення – є найважливі-



шим у службовій діяльності кожного працівника. Для ефективного протікання зазначеного етапу для правоохоронців МВС України організовано початкову підготовку [9; 10]. Початкова підготовка – це процес формування у працівників ОВС спеціальних знань, умінь та навичок, необхідних для виконання службових обов'язків за конкретною посадою [10]. Початкова підготовка проводиться послідовно в три етапи: перший – навчання за місцем служби під керівництвом безпосередніх керівників і наставників (тривалість – 1 місяць); другий – навчання на курсах початкової підготовки (4–6 місяців); третій – стажування на посаді за місцем служби (2–4 місяці) [10].

Система фізичної підготовки працівників ОВС на етапі професійного становлення включає загальну (ЗФП) та спеціальну фізичну підготовку (СФП) [8; 10]. Вчені [2; 6; 8] стверджують, що високий рівень ЗФП дозволяє розвивати основні фізичні якості, покращувати функціональні можливості організму, зміцнювати здоров'я, підвищувати працездатність й формувати основу для розвитку спеціальних якостей працівників. За відсутності достатнього рівня ЗФП неможливо розвивати та удосконалювати спеціальні фізичні якості й покращувати ефективність професійної діяльності.

Залежно від характеру і специфіки проходження служби весь постійний особовий склад ОВС розподі-

ляється на три службово-посадові категорії [5; 10]: 1-ша – начальницький склад апарату МВС України, особовий склад науково-дослідних установ, навчальних закладів МВС України; 2-га – рядовий та начальницький склад міських, районних, лінійних органів, державної автомобільної інспекції, міліції охорони, патрульної служби; 3-тя – рядовий та начальницький склад підрозділів швидкого реагування, спеціального та особливого призначення.

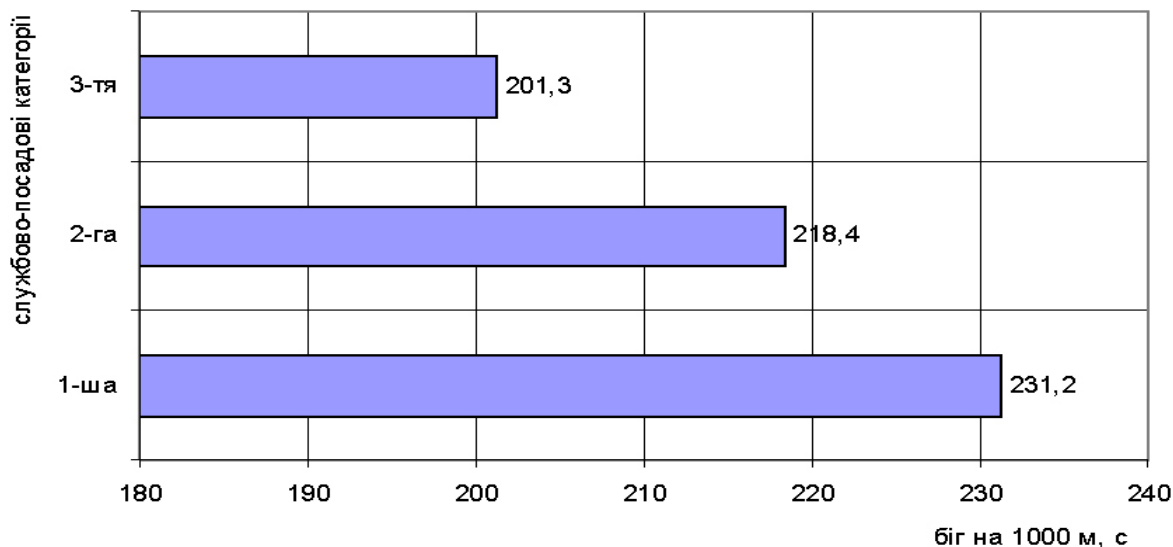
Слід відмітити, що фізична підготовка працівників на етапі професійного становлення повинна бути організована відповідно до службово-посадових категорій та враховувати вимоги конкретних посад до підготовленості працівників. Однак аналіз навчальних планів курсів початкової підготовки показав, що практично на всіх курсах більшість часу, який визначений для занять з фізичної підготовки, виділено на спеціальну фізичну підготовку. Так, наприклад, на курсах початкової підготовки працівників, прийнятих на посади слідчих (2-га категорія) із 54 50 годин виділено для занять із спеціальної фізичної підготовки; на курсах працівників, прийнятих у спецпідрозділи («Титан», «Грифон» (3-тя категорія)), із 30 28 годин виділено на спеціальну фізичну підготовку; на курсах початкової підготовки Національної академії внутрішніх справ (1-ша категорія) із 78 годин 52 годин виділено на спе-

Таблиця 1

**Рівень фізичної підготовленості працівників МВС України різних службово-посадових категорій (2009–2011 рр.,  $\bar{X} \pm m$ , n=104)**

Досліджувані показники	Службово-посадові категорії			Вірогідність		
	1-ша (n=32)	2-га (n=37)	3-тя (n=35)	P1–P2	P2–P3	P1–P3
Біг на 100 м, с	14,1±0,12	14,0±0,11	13,1±0,10	>0,05	<0,001	<0,001
Підтягування на перекладині, рази	10,9±0,49	12,1±0,44	14,3±0,37	>0,05	<0,001	<0,001
Біг на 1000 м, с	231,2±4,16	218,4±3,67	201,3±3,42	<0,05	<0,001	<0,001

**Примітка.** P1–P2 – вірогідність різниці між показниками розвитку фізичних якостей у працівників 1-ї та 2-ї категорій; P2–P3 – вірогідність різниці між показниками працівників 2-ї та 3-ї категорій; P1–P3 – вірогідність різниці між показниками працівників 1-ї та 3-ї категорій.



**Рис. 1.** Рівень витривалості працівників МВС України різних службово-посадових категорій за результатами бігу на 1000 м (n=104, с)

ціальну фізичну підготовку. Таким чином, проведений аналіз довів, що якщо на курсах початкової підготовки для працівників 3-ї категорії співвідношення засобів ЗФП і СФП є достатньо обґрунтованим, то для працівників 1-ї категорії система організації та проведення фізичної підготовки на курсах початкової підготовки вимагає доопрацювання.

Для дослідження фізичної підготовленості працівників різних категорій було проаналізовано рівень розвитку їх фізичних якостей під час навчання на курсах початкової підготовки. Так, аналіз результатів з бігу на 100 м показав, що рівень швидкісних якостей у працівників 1-ї службово-посадової категорії є найнижчим (14,1 с) серед досліджуваних груп працівників (табл. 1). У працівників 2-ї категорії результати з бігу на 100 м є кращими, порівняно з правоохоронцями 1-ї категорії на 0,1 с, але різниця є недостовірною ( $p > 0,05$ ).

Найкращий показник розвитку швидкісних якостей зафіксовано у працівників 3-ї категорії – 13,1 с, що на 0,9 с краще, ніж у працівників 2-ї категорії ( $p < 0,001$ ) та на 1 с – ніж у 1-ї категорії ( $p < 0,001$ ) (табл. 1). Рівень швидкісних якостей у працівників усіх категорій відповідає нормативним вимогам. Однак, якщо у працівників 1-ї та 2-ї категорій цей рівень оцінюється на «задовільно», то у правоохоронців 3-ї категорії – на «добре».

Дослідження силових показників у вперше атестованих працівників різних службово-посадових категорій за результатами підтягування на перекладині свідчить, що найгірше середнє значення мають працівники 1-ї категорії – 10,9 разів (табл. 1). У працівників 2-ї категорії силові показники вищі, порівняно з аналогічними у працівників 1-ї категорії, на 1,2 рази ( $p > 0,05$ ), у правоохоронців 3-ї категорії – на 3,4 рази ( $p < 0,001$ ). Різниця між результатами у підтягуванні у працівників 2-ї та 3-ї категорій становить 2,2 рази та є достовірною ( $p < 0,001$ ) (табл. 1).

Відповідно до настанови з фізичної підготовки силові показники працівників МВС України усіх трьох службово-посадових категорій лежать у межах нормативних вимог та відповідають оцінці «добре».

Дослідження рівня розвитку витривалості у працівників МВС України показали, що найгірші показники з бігу на 1000 м виявлено у працівників 1-ї службово-посадової категорії. Вони становлять 231,2 с (3 хв 51 с) та порівняно з нормативними вимогами оцінюються на «незадовільно» (табл. 1). У працівників 2-ї категорії показники витривалості достовірно кращі, ніж у правоохоронців 1-ї категорії на 12,8 с ( $P < 0,05$ ), становлять 218,4 с (3 хв 38 с), але також оцінюються на незадовільну оцінку.

Найкращі результати з бігу на 1000 м було виявлено у працівників 3-ї категорії. Вони становлять 201,3 с (3 хв 21 с) та є достовірно кращими, порівняно з працівниками 2-ї категорії, на 17,1 с ( $P < 0,001$ ), а 1-ї категорії – на 29,9 с ( $p < 0,001$ ) (табл. 1, рис. 1).

Аналіз рівня розвитку витривалості у працівників 3-ї категорії у порівнянні з нормативами для працівників цієї категорії показав, що вони відповідають оцінці «добре». Це свідчить про те, що до фізичної підготовленості працівників підрозділів спеціального

призначення (3-тя категорія) ставляться високі вимоги й, відповідно, правоохоронці, яких відібрано до цих підрозділів, мають високий вихідний рівень загальної фізичної підготовленості.

Аналіз настанови з фізичної підготовки працівників ОВС України № 1444 від 25.11.2003 року дозволив встановити, що загальна оцінка з фізичної підготовки працівників визначається за результатами трьох контрольних вправ (біг на 100 м, підтягування, біг на 1000 м). Виявлено, що у випадку отримання працівником оцінки «незадовільно» за виконання однієї з трьох вправ, а з інших хоча б «задовільно» та «добре», загальна оцінка буде позитивною.

Так, аналіз відомостей здачі нормативів працівниками 1-ї службово-посадової категорії під час вступу на курси початкової підготовки показав, що 67,3% працівників, які отримали оцінку «незадовільно» за біг на 1000 м, за рахунок успішної здачі двох інших нормативів одержали загальну оцінку «задовільно». У працівників 2-ї категорії загальна оцінка з фізичної підготовки визначена як «задовільна», у правоохоронців 3-ї категорії – «добре».

Порівняльний аналіз рівня фізичної підготовленості працівників МВС України різних службово-посадових категорій показав, що найнижчий рівень розвитку фізичних якостей зафіксовано у працівників 1-ї категорії, що визначає необхідність поглибленого вивчення проблем фізичної підготовки працівників саме цієї категорії. Серед фізичних якостей новоатестованих працівників найгірший рівень розвитку має фізична витривалість.

Проведений аналіз підкреслює важливість розвитку основних фізичних якостей (зокрема витривалості) у працівників 1-ї службово-посадової категорії на курсах початкової підготовки, застосовуючи засоби загальної фізичної підготовки. Це свідчить про необхідність удосконалення чинної програми з фізичної підготовки з працівниками 1-ї категорії на курсах початкової підготовки з метою прискорення процесу адаптації до нових умов навчання та служби, зміцнення їх здоров'я, формування основи для вдосконалення показників СФП, підвищення ефективності подальшої службової діяльності.

**Висновки.** Виявлено, що рівень фізичної підготовленості працівників МВС України на етапі професійного становлення є недостатнім для забезпечення високого рівня майбутньої службової діяльності. Найнижчий рівень фізичної підготовленості виявлено у працівників 1-ї службово-посадової категорії ( $p < 0,05-0,001$ ). Серед фізичних якостей найгірший рівень у працівників усіх категорій зафіксовано у показниках витривалості. У правоохоронців 1-ї категорії середні результати з бігу на 1000 м становлять 3 хв 51 с та оцінюються на «незадовільно».

**Перспективи подальших досліджень** полягають в аналізі показників фізичного стану і соматичного здоров'я працівників різних службово-посадових категорій та визначенні взаємозв'язку між показниками їх фізичної підготовленості та здоров'я на етапі професійного становлення.

#### Список використаної літератури:

1. Анацький Р. В. Динаміка показників фізичних та психофізичних якостей курсантів першого року навчання академії ВВ МВС України протягом навчального року / Р. В. Анацький // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2010. – № 3. – С. 7–10.
2. Безпалій С. М. Стан організації та проведення фізичної підготовки з викладацьким складом ВНЗ МВС України /



С. М. Безпалій, Ю. В. Вереньга // Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка. Серія : Педагогічні науки. Фізичне виховання та спорт. – Чернігів, 2011. – Вип. 91, т. 1. – С. 44–48.

3. Вереньга Ю. В. Рівень та динаміка фізичної підготовленості вперше прийнятих на службу працівників органів внутрішніх справ України / Ю. В. Вереньга, К. В. Пронтенко, В. В. Бондаренко // Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія № 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт) : Зб. наукових праць / За ред. Г. М. Арзютова. – К. : Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2013. – Вип. 4 (29) – С. 179–184.

4. Волков В. Л. Оцінка фізичної та спеціальної підготовленості до професійної діяльності прикордонників першої вікової групи / В. Л. Волков // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2012. – № 4. – С. 25–28.

5. Загорко І. П. Боевая подготовка сотрудников органов внутренних дел Украины : проблемы и перспективы / И. П. Загорко // Физическое воспитание студентов. – 2010. – № 1. – С. 49–52.

6. Коломійцева О. Е. Рівень фізичної підготовленості й розвитку психомоторних якостей студентів військово-юридичного факультету / О. Е. Коломійцева // Слобожанський науково-спортивний вісник : [наук.-теорет. журн.] – Харків : ХДАФК, 2014. – № 1. – С. 53–57.

7. Компанієць Ю. А. Аналіз стану системи фізичної підготовки майбутніх правоохоронців та перспективні напрямки її вдосконалення / Ю. А. Компанієць // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту : науковий журнал. – 2012. – № 9 – С. 48–52.

8. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ : навч. посібник / М. І. Ануфрієв, С. Є. Бутів, О. Ф. Гіда, С. М. Решко. – К. : НАВСУ, 2003. – 336 с.

9. Положення з організації професійної підготовки осіб рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України : Наказ МВС України № 318 від 13.04.2012 р.

10. Положення про організацію початкової підготовки працівників органів внутрішніх справ України : Наказ МВС України № 177 від 24.04.2009 р.

Стаття надійшла до редакції 10.05.2014 р.

Опубліковано: 25.06.2014 р.

**Анотація. Вереньга Ю. В. Состояние физической подготовки сотрудников МВД Украины на этапе профессионального становления. Цель:** исследовать уровень развития физических качеств сотрудников МВД Украины разных служебно-должностных категорий на этапе профессионального становления. **Материал:** в исследовании приняли участие 104 сотрудника первой возрастной группы разных служебно-должностных категорий: 1-й – 32 чел., 2-й – 37 чел., 3-й – 35 чел. Были проанализированы результаты бега на 100 м, подтягивания на перекладине и бега на 1000 м во время вступительных экзаменов на курсы начальной подготовки. **Результаты:** выявлено, что уровень физической подготовленности сотрудников на этапе профессионального становления является недостаточным. Самый низкий уровень физической подготовленности определен у сотрудников 1-й категории ( $r < 0,05 - 0,001$ ). Среди физических качеств наихудший уровень у сотрудников всех категорий зафиксирован в показателях выносливости. **Выводы:** результаты исследования свидетельствуют о необходимости усовершенствования действующей программы по физической подготовке с сотрудниками 1-й категории на курсах начальной подготовки путем улучшения уровня развития основных физических качеств (в частности выносливости).

**Ключевые слова:** физическая подготовка, физическая подготовленность, выносливость, сотрудник, этап профессионального становления.

**Abstract. Verenga Yu. V. The state of physical training of servicemen of Internal Affairs of Ukraine on the stage of professional becoming. Purpose:** to explore the level of development of physical qualities of servicemen of Internal Affairs of Ukraine with different duty-post categories on the stage of the professional becoming. **Material and Methods:** the study involved 104 servicemen of the first age group with different duty-post categories: 1-st – 32, 2-d – 37, 3-d – 35. The results from a run on 100 m, pulling up on a cross-beam and a run on 1000 m during preliminary examinations on the courses of primary training were analyzed. **Results:** it is set, that the level of physical preparedness of servicemen on the stage of the professional becoming is insufficient. The lowest level of physical preparedness is definite at the servicemen of 1-st category ( $r < 0,05 - 0,001$ ). Among physical qualities the worst level of the servicemen of all categories is fixed in the indexes of endurance. **Conclusions:** the results of research testify to necessity of improvement of the operating program from physical training with the servicemen of 1-st category on the courses of primary training by the increasing of level of basic physical qualities (endurance in particular).

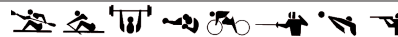
**Keywords:** physical training, physical preparedness, endurance, serviceman, stage of the professional becoming.

#### References:

1. Anac'kuj R. V. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhansky science and sport bulletin], Kharkiv, 2010, vol. 3, pp. 7–10. (ukr)
2. Bezpaluj S. M., Verenga Yu. V. Visnik Chernigiv's'kogo derzhavnogo pedagogichnogo universitetu [Bulletin of the Chernihiv State Pedagogical University], 2011, vol. (1) 91, pp. 44–48. (ukr)
3. Verenga Yu. V., Prontenko K. V., Bondarenko V. V. Naukovyy chasopus Nacional'nogo pedagogichnogo universitetu imeni M. P. Dragomanova [Scientific magazine of the National pedagogical university by name M. P. Dragomanov], Kyiv, 2013, vol. 4 (29), pp. 179–184. (ukr)
4. Volkov V. L. Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovanna i sportu [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2012, vol. 4, pp. 25–28. (ukr)
5. Zacorco I. P. Fiziceskoe vospitanie studentov [Physical Education of Students], 2010, vol. 1, pp. 49–52. (rus)
6. Kolomyitseva O. E. Slobozans'kij nauk.-sport. visn. [Slobozhansky science and sport bulletin], Kharkiv, 2014, vol. 1, pp. 53–57. (ukr)
7. Kompaniets Y. A. Pedagogika, psihologiya ta mediko-biologichni problemi fizichnogo vihovanna i sportu [Pedagogics, psychology, medical-biological problems of physical training and sports], 2012, vol. 9, pp. 48–52. (ukr)
8. Anufriev M. I., Butov S. E., Gida O. F., Reshko S. M. Osnovi special'noji fizichnoji pidgotovki pracivnikiv organiv vnutrishnih sprav [Bases of the special physical training of servicemen of Internal Affairs], Kyiv, 2003, 336 p. (ukr)
9. Polozhennya z organizacii profesijnoi pidgotovki osib ryadovogo i nachal'nuc'kogo skladu organiv vnutrishnih sprav Ukraini, Nakaz MVS Ukraini № 318 vid 13.04.2012 r. [Position from organization of professional training of persons of ordinary and chief composition of Internal Affairs of Ukraine, Order MIA of Ukraine № 318 of 13.04.2012]. (ukr)
10. Polozhennya pro organizaciyu pochatkovoji pidgotovki pracivnikiv organiv vnutrishnih sprav Ukraini, Nakaz MVS Ukraini № 177 vid 24.04.2009 r. [Position about organization of primary training of servicemen of Internal Affairs of Ukraine, Order MIA of Ukraine № 177 of 24.04.2009]. (ukr)

Received: 10.05.2014.

Published: 25.06.2014.



**Вереньга Юрій Володимирович:** Національна академія внутрішніх справ: Солом'янська площа, 1, м. Київ, 03035, Україна.

**Вереньга Юрій Владимирович:** Национальная академия внутренних дел: Соломенская площадь, 1, г. Киев, 03035, Украина.

**Yuriy Verenga:** National Academy of Internal Affairs: Sq. Solomenskaya, 1, Kiev, 03035, Ukraine.

**E-mail:** verenga@ukr.net

---

**Бібліографічний опис статті:**

Вереньга Ю. В. Стан фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення / Ю. В. Вереньга // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – № 3. – С. 31–35. dx.doi.org/10.15391/snsv.2014-3.006

