

**Римик В.Р.** <https://orcid.org/0000-0001-6029-0511>

**Римик Р.В.** <https://orcid.org/0000-0003-4180-6636>

## **ДОСВІД ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ У ЗАРУБІЖЖІ ТА В УКРАЇНІ**

Прикарпатський національний університет імені Василя  
Стефаника

**Анотація.** У статті подано аналіз психофізичної підготовки працівників поліції у зарубіжних країнах та в Україні. Метою нашого пошуку було вивчення та аналіз досвіду психофізичної підготовки працівників поліції у розвинутих зарубіжних країнах та в Україні. В процесі дослідження ми використовували такі методи наукового пошуку, як теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури. Ми виявили, що працівник правоохоронних органів у зарубіжних розвинених країн для успішного виконання професійних обов'язків повинні мати високий рівень психофізичної підготовки, що дає можливість виконувати професійні дії в екстремальних ситуаціях, що є одним з основних компонентів його професійно-прикладна фізична підготовка.

**Annotation.** The article presents an analysis of psychophysical training of police officers in foreign countries and in Ukraine. The purpose of our search was to study and analyze the experience of psychophysical training of police officers in developed foreign countries and in Ukraine. In the process of research we used such methods of scientific research as theoretical analysis and generalization of scientific and methodological literature. We found that law enforcement officers in foreign developed countries to successfully perform professional duties must have a high level of psychophysical training, which allows to perform professional actions in extreme situations, which is one of the main components of his professionally applied physical training.

**Ключові слова:** професійно-прикладна фізична підготовка, професійно важливі якості, психофізична підготовка, підготовка поліцейських.

**Key words:** professionally applied physical training, professionally important qualities, psychophysical training, police training.

**Актуальність теми дослідження.** Реформування системи МВС України спрямоване на інституцію де поліція користується довірою громадян. Для цього необхідно перш за все зміцнити

професійні поліцейські кадри та очистити її лави від корупціонерів та випадкових людей.

Професія поліцейського передбачає ризик для життя та здоров'я не лише співробітників а й для простих обивателів. Кожен співробітник МВС зобов'язаний у своїх професійних діях, а й у побуті бути моральним прикладом та володіти достатньою психофізичною підготовкою.

У дослідженнях низки фахівці (М.І. Ануфієв, 2003; Ю.М. Антошків, 2006; Ю.А. Бородин, 2009; Ю.В. Вереньга, 2014 та ін.) відображено, що формування психофізичної підготовки необхідно здійснювати у процесі професійної підготовки майбутніх працівників органів внутрішніх справ. А втім специфіка професійної діяльності поліцейського вимагає, щоб цей процес був безперервним та цілеспрямованим. Дана обставина відображено у нормативних документах Міністерства внутрішніх справ України.

Аналіз наукової літератури показує, що психологічні аспекти формування психофізичної підготовки курсантів у екстремальних ситуаціях вивчала О.В. Василенко, 2008; Е.Н. Соколова, 2009; М.А. Сибірко, 2012; професійно-важливі якості та властивості співробітників поліції вивчали В.Д. Туманов, 1996; Л.Б. Філонов, 1992; професійно-психологічну підготовку співробітників поліції до застосування зброї розглядали у своїх дослідженнях В.С. Новіков, 1997; О.А. Ярещенко, 2008; Т.І. Лошицька, 2007.

У нашому дослідженні ми хочемо зосередити увагу на професійній спрямованості психофізичної підготовки майбутніх поліцейських, службова діяльність яких пов'язана з ризиком, недостатньо вивчена вітчизняними і зарубіжними фахівцями, тому ми хочемо проаналізувати досвід роботи зарубіжних поліцейських, що й визначає актуальність нашого дослідження.

**Мета дослідження:** вивчити та проаналізувати досвід психофізичної підготовки працівників поліції у зарубіжних країнах та в Україні.

**Методи дослідження:** теоретичний аналіз і узагальнення науково-методичної літератури.

**Результати досліджень.** У працівників зарубіжних правоохоронних структур їх досвід роботи показує, що використання мобільного зв'язку, транспортних засобів та системи патрулювання допомагає оперативно реагувати на правопорушення [3].

У дослідженнях зарубіжних науковців значна увага приділялась існуванню тенденція переміни видів і характеру нападу на поліцейських. На початку 2 тисячоліття у США було

zareєстровано 57 тисяч подібних нападів на поліцейських. 83% з яких було здійснено з використанням вогнепальної зброї а у 7% епізодах використовувались предмети небезпечні для життя і здоров'я поліції. Такі напади здійснювалися частіше у містах. Розкрито близько 70% нападів зі зброєю у містах, 30% з яких було здійснено з використанням холодної зброї [5].

Американські копи аналізують та вишукують більш ефективні форми і методи удосконалення психофізичної і бойової підготовки, після детального вивчення умов і ситуацій нападів на поліцейських при затриманні злочинців.

Розв'язуючи такі проблеми підготовка кандидатів на службу у поліції відводиться 4 години в тиждень занять фізичною підготовкою і ще 3 години надається для індивідуальної підготовки. У центрах навчання кандидати на ранковій зарядці пробігають не менше 2 миль. Чималу увагу приділяється на основних заняттях для засвоєння умінь і навиків рукопашного бою та доланню смуги перешкод.

У кандидатів на службу перевірка загальної фізичної підготовленості здійснюється за такими тестовими вправами: підтягування, піднімання тулуба з положення лежачи, біг на 3 милі де оцінка результатів залежить від віку тестуючих (17-26 років; 27-30 років; 40-45 років) [13].

Англійські поліцейські патрульно-постову службу несуть без вогнепальної зброї, що викликає підвищений інтерес до їхньої спеціальної та загальної фізичної підготовки. Аналіз літературних джерел показує, що у засади спеціальної фізичної підготовки поліцейських у Англії покладені основи вправ із боротьби дзюдо, карате і бойове самбо. У англійських поліціантів загальна та фізична підготовленість визначається за показниками із підтягування, піднімання тулуба з положення лежачи, згинання і розгинання рук на паралельних брусах, степ-тесту та бігу на 1,5 милі з урахуванням віку (17-29 років; 30-34 роки; 35-39 років; 40-44 роки; 45-49 років) [2].

На думку англійських науковців, хороший поліцейський повинен мати IQ вище за середній, хорошу пам'ять і спостережливість. У ньому повинні гармонійно поєднуватися фізичні, моральні та розумові якості. Він завжди повинен бути тактовним, бути ініціативним і водночас розсудливим не лише у повсякденному житті, а й у непередбачених та екстремальних ситуаціях. Вважається, що співробітники поліції повинні бути відповідальнішими, ніж представники будь-якої іншої професії [15].

У Франції в останні роки 30,7% поліцейських постраждалих від різних правопорушень, це пов'язують із погіршенням їх

професійно-прикладної підготовленості. Тому з метою покращення професійної діяльності поліцейських було розроблено методики зі спеціальної тактики затримання злочинців, де окреслено порядок дій в основних модельних ситуаціях затримання підозрюваних осіб - це дії при обшуку, надягання наручників, зупинка автомобілів які підозрюються у злочині.

Найефективнішою та результативною серед європейських країн вважається система підготовки співробітників поліції у Німеччині. Підготовка кадрів поліції у германії має свою тривалу структуру.

Перший рівень – це початкова підготовка, вона здійснюється у федеральних школах поліції і містить загальний, спеціалізований та заключний курси (термін навчання – 2,5 роки), після чого претенденти на заміщення посад молодшого керівного складу мають скласти іспит. Ті, хто успішно закінчили школу, отримують атестат про середню поліцейську освіту.

Підготовка середнього керівного складу – другий рівень – здійснюється у вищих школах поліції федерального рівня (термін навчання – 3 роки), після закінчення яких видається диплом про вищу спеціальну (поліцейську) освіту.

На третьому рівні існує можливість отримати свідоцтво (сертифікат) про вищу поліцейську управлінську освіту; даний вид підготовки призначений для старшого начальницького складу та здійснюється у Вищій поліцейській академії управління Німеччини. Термін навчання – 2 роки [12].

Поліцейська діяльність, а також їхня професійна підготовка у ФРН ґрунтується на Конституційних основах. Саме на них орієнтуються співробітники поліції під час навчання та вирішення службових завдань. Крім Конституції, підготовка поліцейських кадрів регулюється іншими нормативно-правовими актами. Навчаючись курсанти школи поліції (1-й рівень) вивчають німецьку та англійську мову, політику, різні розділи права (конституційне, загальне адміністративне, кримінальне та кримінально-процесуальне, поліцейське, дорожнє), правознавство, теорію поліцейської служби, службову діяльність поліції, криміналістику, спорт [1].

У вищій школі поліції ФРН навчаються, стажуються та підвищують свою кваліфікацію співробітники поліції з інших країн Євросоюзу. Конкурс до цієї освітньої установи високий, тому претенденти повинні мати дипломи про попередній рівень професійної освіти з відзнакою, а також досвід керівної роботи. На навчання до цієї школи приймається певна кількість співробітників поліції, що відповідає кількості вакантних

керівних посад. Такий підхід обґрунтований економічно, оскільки на професійну підготовку керівників поліції витрачаються великі кошти, і держава має бути впевнена, що той, хто закінчив цю школу, згодом працюватиме саме в правоохоронних органах, а не в тій галузі, де не є фахівцем. Окрім того, керівники школи стежать за кар'єрою всіх своїх випускників. Термін навчання у Вищій школі розрахований на 2 роки. Якщо за перший рік навчання співробітник поліції професійно не придатний для майбутньої управлінської посади, його відраховують і він повертається на попередню роботу.

На основному курсі співробітники всіх служб проходять однакову програму, тому що теоретичні основи управління однакові для всіх напрямків поліцейської діяльності. Практичних занять більше чим теоретичних, оскільки саме вони моделюють реальну діяльність керівного складу поліції: 40% часу відводиться на практичні заняття, тренінги, рольові та ділові ігри, 25% – на лекції, 25% – на дискусії з питань управління та 10% – на семінарські заняття, які мають міжпредметний характер. Після закінчення навчання слухачі готують та захищають випускню кваліфікаційну роботу та отримують ступінь магістра.

Також, у Вищій школі поліції Німеччини реалізується спеціальний напрямок професійної підготовки – підвищення кваліфікації співробітників поліції, орієнтоване на додаткову освіту керівного складу поліції різного рівня. Усі співробітники поліції ФРН повинні проходити підвищення кваліфікації відповідно до нормативних документів, але перед призначенням на нову посаду або підвищенням на посаді вони обов'язково повинні пройти навчання за програмами додаткової професійної освіти, тривалість якої варіюється від 2 тижнів до місяця [10].

Німецькі фахівці поліціанти розробили спеціальний методичний посібник, провівши аналіз допущених помилок при затриманні злочинців коли поліцейські постраждали. Там є розділи, які відображають особливості спілкування, нейтралізацію конфліктних ситуацій, тактики самозахисту, вогневу підготовку та рукопашний бій. Головна увага у ньому націлена на всебічне навчання техніки і тактики затримання та взаємодії між поліцейськими. У даному посібнику проаналізовані модельні ситуації затримання із різних положень (стоячи і сидячи на стільці і на землі), перевірки документів підозрюваних осіб, затримання групи правопорушників і водіїв автомашин, обшуку та надягання наручників, етапуванню затриманого до відділку. Особливу увагу приділяється при навчанні самозахисту, больовим і задушливим прийомам у

положенні лежачи, сидючи а також ударам і захисту від ударів.

У Фінляндії бажаючий працювати в поліції повинен пройти близько сімдесяти різних тестів, що оцінюють його психічне здоров'я та фізичні дані: рівень спортивної підготовки, витримку, морально-психологічну стійкість, вміння користуватися вогнепальною зброєю. Він повинен мати хорошу освіту, бездоганну репутацію, не мати у своїй біографії жодних порушень закону.

Фінська поліція має у своєму розпорядженні Центральний інститут поліції, школу поліції та школу службового собаківництва, які підпорядковані Департаменту поліції Міністерства внутрішніх справ.

У Центральному інституті поліції, який знаходиться в Гельсінкі, проходять професійну підготовку співробітники середньої та старшої ланки поліції. Для підвищення по службі молодшому керівному складу необхідно добре зарекомендувати себе, пройти півторарічний курс навчання в тому ж інституті і по закінченні його успішно скласти іспити. Для кар'єрного росту та зайняття високої посади в органах поліції обов'язковими є юридична освіта та проходження навчання на чотиримісячних курсах підвищення кваліфікації, а також рекомендація.

Керівний склад поліції на курсах перепідготовки та підвищення кваліфікації вивчають тактичний та особистий менеджмент, засоби планування, технологію обробки даних та забезпечення безпеки інформації, поліцейську етику, міжнародний досвід, зміни у поліцейському законодавстві, педагогіку, методики відбору та навчання персоналу, методи наукового дослідження та інше [9]

У своїх пошуках А. Іванов [6], розглядаючи компоненти спеціальної фізичної підготовки майбутніх поліцейських, курсантів Російських навчальних закладів МВС наголошує, що їхня спеціальна фізична підготовка будується на всебічному базовому розвитку фізичних і функціональних можливостей. Велика кількість годин на спеціальну фізичну підготовку з метою надійного освоєння техніки рукопашного бою виділено на першому курсі.

Досвід роботи у Канадських правоохоронних органах показує, щоб стати поліцейським у Королівській канадській кінній поліції необхідно виконання певних додаткових вимог. Основними з яких є відповідний стан фізичного здоров'я (встановлюється медичними обстеженнями та екзаменом з фізичної підготовки); відповідний стан психічного здоров'я (встановлюється медичними обстеженнями та психологічним тестуванням); бути готовим носити вогнепальну зброю і

використовувати її поряд із фізичною силою; бути готовим пройти навчання у академії протягом 6 місяців; бути готовими переїхати на службу в будь-яку місцевість в межах Канади; бути готовими працювати позмінно, включаючи вихідні та святкові дні.

В Японії офіцери поліції яких тільки призначили на службу у префектури набувають необхідних навичок та проходять початкову програму навчання в школах поліції префектурі. Новопризначені сержанти й інспектори беруть участь в освітніх тренінгах де здобувають знання та вміння, які необхідні для виконання професійних обов'язків. Залежно від функціональних обов'язків є спеціальні курси з основ криміналістики, використання криміналістичної техніки, а також з вивчення іноземних мов. Термін навчання в поліцейських школах різниться відповідно до посади: 6 тижнів готують сержантів та 8 тижнів - інспекторів. Співробітники поліції повинні мати високий рівень володіння техніками дзюдо, кендо, прийомами затримання та стрільби з вогнепальної зброї.

До навчання патрульних у ФРН ставляться надзвичайно відповідально. На підготовку одного працівника цієї служби витрачають близько 60 тис. євро. Курс навчання триває 2,5 роки. Підготовка інспекторів поліції та керівного складу – це додатковий час (щонайменше три роки) і додаткові витрати коштів.

Під час розроблення навчальних програм важливе значення надають забезпеченню тісного зв'язку між теорією і практикою та міждисциплінарному зв'язку, що є важливою передумовою ефективної професійної підготовки майбутніх поліцейських. Поліцейські школи мають достатню навчальну базу й раціонально поєднують теорію з практикою. На практичних заняттях майбутні поліцейські набувають різних практичних умінь і навичок: автопереслідування в міських і сільських умовах; стрільба по рухомих цілях тощо. Посилену увагу приділяють загальній фізичній підготовці, плаванню та тренуванням у секціях із різних видів спорту (перевагу надають єдиноборствам).

У Чехії гасла та заклики типу «Поліція – це покликання справжніх чоловіків» розміщуються на рекламних щитах та відображаються у спеціальних профорієнтаційних відеороликах. Скрізь поширюються яскраво оформлені буклети із зображенням левів у формі поліцейських за підписом «Чеська поліція – ваш друг і приятель» та ілюстровані проспекти, що показують роботу різних поліцейських служб.

Відповідно до існуючого в цій країні Закону про

альтернативну військову службу молоді люди, яким виповнилося 18 років і які хочуть працювати в органах поліції, мають можливість пройти шестимісячну підготовку у структурах Міністерства оборони та після вступу до поліцейського навчального закладу.

Обов'язковими вимогами претендентів на будь-яку посаду в поліції є наявність розвинених моральних та етичних якостей, чистої репутації, відсутність судимостей, благонадійність, рекомендації та позитивні характеристики [11].

Цікавим є досвід становлення правоохоронного відомства в Польщі. Управління поліцією Польщі здійснюють за централізованою схемою. Поліцію Польщі утворюють: кримінальна, превентивна і допоміжна поліція. Крім цього, функціонує судова поліція, повноваження та засади організації якої визначає міністр внутрішніх справ й адміністрація за погодженням із міністром юстиції. До кандидатів на службу в поліцію висунуто такі вимоги: громадянство Республіки Польща, відсутність судимостей, хороша репутація, щонайменше середня освіта, достатні фізичні і розумові здібності. Процедура добору кандидатів на службу є багатоступеневою та передбачає: розгляд документів; вступну співбесіду; тестування загальних знань; тест на визначення рівня фізичної підготовленості; психологічний тест (інтелектуальні здібності, соціальна поведінка, стресостійкість тощо); співбесіда; медична комісія (визначення фізичної та психічної придатності особи для служби в поліції).

Досвід професійної підготовки кадрів поліції Латвії є найбільш передовою серед країн пострадянського простору. У цій країні діють жорсткі критерії добору осіб на службу в поліцію. Кандидат повинен мати громадянство Латвійської Республіки, досягти віку 18-ти років, володіти державною мовою, мати освіту (не нижче ніж середню), за особистими, діловими якостями, фізичною підготовленістю та станом здоров'я придатним до виконання службових обов'язків. Обов'язковою умовою прийняття на службу у в поліцію є проходження кандидатом медичної комісії, яка надає висновок про придатність до служби в поліції. Значну увагу приділяють інтелектуальним, психологічним здібностям і фізичній підготовленості незалежно від того, на яку посаду особа претендує. За рівнем фізичної підготовленості працівників здійснюють контроль і у подальшому в процесі проходження служби. Особливість професійної підготовки поліцейських Латвії полягає в практичній спрямованості навчання.

Проаналізувавши праці зарубіжних фахівців з поліцейської

педагогіки (M.Djuric, M. Pagon, R.L. LaGrange та ін.) виявили, що метою підготовки співробітників поліції є розвиток у них морального світогляду, формування та оптимізація професійно важливих якостей особистості, навичок поведінки, професійно-обґрунтованих психологічних установок та психофізичної підготовки.

Навчання та виховання поліцейських здійснюється як у процесі їхньої професійної підготовки, так і безпосередньо в умовах службової діяльності. Вона спрямована на формування, підтримання та розвиток професійної майстерності співробітників поліцейських органів.

Відрізняється поліцейська освіта від підготовки тривалістю освоєння навчальних програм: навчання триває від одного дня до року або навіть більше, тоді як освітні розраховані на кілька років.

Специфіка організації професійного навчання та освіти поліцейських, а також методи, форми та засоби, що використовуються у навчальному процесі, визначаються особливостями політики, що проводиться у сфері освіти і відрізняються не тільки в різних країнах, але можуть змінюватись навіть усередині кордонів однієї держави.

У більшості зарубіжних країнах існуюча система освіти поліцейських має таку структуру:

- початкове навчання молодих людей, які вперше вступають на службу в поліцію, а також підвищення кваліфікації особового складу проводиться в територіальних навчальних центрах, що знаходяться у підпорядкуванні поліцейських організацій;

- підготовка керівних кадрів поліції відбувається у спеціалізованих вищих навчальних закладах та в університетах, які мають спеціальні програми для тих, хто в майбутньому має намір працювати в органах поліції;

- підвищення кваліфікації поліцейських кадрів та перепідготовка окремих співробітників за певними напрямками службової діяльності [14].

У зарубіжних країнах функціонує досить широка мережа курсів підвищення кваліфікації та перепідготовки кадрів поліції та курсів для кар'єрного зростання. Навчання на таких курсах є обов'язковими:

- 1) для просування по службі;
- 2) за необхідності підвищити професійну кваліфікацію та компетентність, що виникає через певний час служби;
- 3) у разі потреби у розвитку в поліцейського комунікативних здібностей;

4) у разі необхідності розвитку управлінської компетентності або переходу співробітника поліції на керівну посаду [8].

Отже, фактично весь особовий склад поліції постійно потребує проходження того чи іншого виду навчання, це свідчить про існування системи безперервної професійної поліцейської освіти.

За кордоном для поповнення кадрів поліції постійно розгортаються широкі рекламні кампанії, спрямовані насамперед на абітурієнтів, студентів та випускників різних навчальних закладів [16].

Будь-який європейський або американський поліцейський інститут, академія, коледж або навчальний центр мають свій сайт в Інтернеті, який є орієнтиром для потенційних курсантів; проводяться дні «відкритих дверей», зустрічі за «круглим столом» інші заходи.

Виходячи з вивчення зарубіжного досвіду психофізичної підготовки працівників правоохоронних структур, можна зробити висновок, що дана проблема має місце не тільки в зарубіжжі, а й в Україні.

У дослідження О. Камаєва [7] відображено, що в зарубіжних поліцейських школах до 25% усього навчального часу відводиться на фізичну і вогневу підготовку. А у Харківському національному університеті внутрішніх справ близько 5% загального кредиту часу відводиться на навчання фізичної та вогневої підготовки.

В Україні існуюча система психофізичної підготовки не відповідає сучасним вимогам практики оперативно-службової діяльності. Вирішуючи проблеми необхідно вивчення ситуацій, в яких можна застосовувати силовий вплив, та співставити успішність дій із визначенням вимог до рівня підготовки майбутніх поліцейських і напрямків удосконалення їх навчання. У правоохоронних органах де ведеться посереднє патрулювання, на відміну від спеціальних підрозділів та вищих навчальних закладів, де професійно-прикладній підготовці приділяється найбільша увага, службова підготовка носить епізодичний, не системний характер.

Така ситуація виникає через дефіцит часу, пов'язаний з необхідністю виконувати службові обов'язки, та відсутністю кваліфікованих професіоналів для проведення занять професійно-прикладної фізичної підготовки. Тому головні зусилля у ППФП необхідно докладати у процесі навчання майбутніх поліцейських в навчальних закладах міністерства внутрішніх справ [4].

Проте до розбудови нової системи міністерства внутрішніх

справ долучається понад 30 зарубіжних з досвідом у даній діяльності країн. Сьогодні, коли Україна активно прагне до політичного й економічного Європейського простору, одним із найважливіших напрямів освітньої політики міністерства внутрішніх справ України стає інтеграція професійного навчання кадрів органів внутрішніх справ у світову систему поліцейської освіти з метою: використання закордонного досвіду для вдосконалення відомчої системи професійного навчання поліцейських України; міжнародної кооперації в галузі досліджень, розроблення методичних і нормативно-правових документів та навчання фахівців; входження в систему міжнародного інформаційного та комунікаційного простору; підготовки закордонних фахівців на комерційній основі.

**Висновки.** Аналізуючи вітчизняну та зарубіжну наукову та методичну літературу ми виявили, що кожен працівник правоохоронних органів розвинутих зарубіжних країн для успішного виконання професійних обов'язків повинен мати високий рівень психофізичної підготовки, що дає можливість виконувати професійні дії в екстремальних ситуаціях, що є одним з основних компонентів його професійно-прикладна фізична підготовка.

Психофізична підготовка працівників правоохоронних органів повинна носити професійний, специфічний характер і спрямований на вдосконалення навичок знешкодження та затримання осіб, що загрожують громадському порядку, безпеки громадян, виховання сміливості, впевненості, ініціативи, винахідливості та розвиток психофізичних якостей та властивостей.

#### **Список літератури.**

1. Андреев В.М. Профессиональная направленность физической подготовки курсантов пожарно-технических училищ МВД России: Автореф. дис. ...кандидата пед. наук / Всерос. науч.-исслед. ин-т физ. культуры / В.М. Андреев. – М., 1995. – 21 с.

2. Антоненко С.А. Развитие сенсорных функций, как основа формирования навыков рукопашного боя: метод. пособие / С.А. Антоненко // – Ирпень: НАДПСУ, 2004. – 25 с.

3. Артемьев В.О. Пути совершенствования процесса обучения приемам физического воздействия курсантов учебных заведений / В.О. Артемьев // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. за ред. Єрмакова С.С. – Харків-Донецьк: ХДАДМ (ХХПІ), 2005. – № 23. – С. 97–99.

4. Бородин Ю.А. Тенденции изменений нормативных

требований физической подготовки курсантов высших военных учебных заведений в период 1925–2000 годов / Ю.А. Бородин, Г.И. Сухорада // Педагогіка, психологія та методико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х., 2004. – №1 – С. 95-104.

5. Ерошенков Н.В. Профессионально-нравственная подготовка курсантов в образовательной среде вуза МВД России: дисс. ... канд.пед.наук / Н.В. Ерошенков. – Белгород, 2014. – 243с.

6. Иванов А.В. Специальная физическая подготовка слушателей образовательных учреждений федеральной службы налоговой полиции: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А.В. Иванов; ВНИИФК. – М., 1999. – 19 с.

7. Камаев О.І. Фізична підготовленість як фактор професіоналізму співпрацівника міліції (проблеми та шляхи розвитку / О.І. Камаев, О.А. Ярещенко, П.І. Филиппенко // Теорія та практика виховної роботи в органах внутрішніх справ України: Науково-практична конференція (1–2 жовтня 2004 року). – Харків, 2004. – С. 308–311.

8. Каштанова Е.А. Подготовка, переподготовка и повышение квалификации сотрудников полиции зарубежных стран / Е.А. Каштанова // Известия РГПУ им.А.И. Герцена. – 2008. – №54. – С.99-101.

9. Кобозев А.А. Профессиональная подготовка руководящих кадров полиции в странах Европы: особенности и тенденции развития /А.А. Кобозев, А.С. Монгуш // Право и образование. – 2010. – № 1. – С.4-27.

10. Монгуш А.С. Организационно-правовой механизм профессиональной подготовки руководящих кадров органов внутренних дел : автореф. дис. канд.юридич. наук / А.С. Монгуш. – М., 2011. – 28с.

11. Полохина П.Н. Полиция Чешской Республики (По материалам бюллетеня №8 Института подготовки офицеров по проведению научно-исследовательской деятельности Республики Болгария, София, 1999 г.) / П.Н. Полохина // Деятельность правоохранительных органов зарубежных стран: сборник материалов. Выпуск I. – М., 2001. – 146с.

12. Франк А.В. Педагогические особенности начального профессионального образования сотрудников полиции Германии: автореф. ... канд.пед.наук / А.В. Франк. – М., 2002. – 24с.

13. LaGrange R.L. Policing American Society / R.L. LaGrange. – Chicago: Nelson-Hall Publishers, 1998. – P.61.

14. MacDonald A. A Comparative Study of Police Training in the

UK and the USA / A. MacDonald. – Vol.9. – 2011. –URL

15. Pagon M. European Systems of Police Education and Training / M. Pagon, B. Virjent-Novak, M. Djuric, B. Lobnikar // Policing in Central and Eastern Europe: Comparing Firsthand Knowledge with Experience from the West. – Slovenia: College of Police and Security Studies, 1996.

16. Ryan P.J. The Future of Police Training / P.J. Ryan. – Bramshill: National Police Training, 1994.

**Римик Р.В.** <https://orcid.org/0000-0003-4180-6636>,  
**Маланюк Л.Б.** <https://orcid.org/0000-0003-4698-6525>,  
**Синиця А.В.** <https://orcid.org/0000-0001-6608-919X>,  
**Марчук С.А.**

## **ПРОФІЛАКТИКА ТРАВМАТИЗМУ ПІД ЧАС ЗАНЯТЬ ЛЕГКОЮ АТЛЕТИКОЮ ЗІ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ БІГУ НА СЕРЕДНІ ТА ДОВГІ ДИСТАНЦІЇ**

Прикарпатський національний університет  
імені Василя Стефаника

**Анотація.** У статті подано аналіз результатів опитування фахівців обласного лікувально-фізкультурний центр здоров'я за проблемою профілактика травматизму під час занять з бігу на середні і довгі дистанції.

Виявлено що причини травматизму в бігу на середні і довгі дистанції у 21% випадків травм складають методичні помилки в навчально-тренувальному процесі та під час змагальної діяльності; у 9% епізодах травми виникають із-за погано підготовлених місць занять; у 70% випадках із-за збільшення об'єму інтенсивності фізичних навантажень.

**Annotation.** The article presents an analysis of the results of a survey of specialists of the regional medical and sports center on the problem of injury prevention during middle and long distance running classes.

It was found that the causes of injuries in running medium and long distances in 21% of injuries are methodological errors in the training process and during competitive activities; in 9% of episodes injuries occur due to poorly prepared training places; in 70% of cases due to an increase in the intensity of physical activity.

**Актуальність теми дослідження.** Професійний спорт невіддільний від людської культури, з одного боку, будучи