

вибору професії поліцейського. В подальших дослідженнях планується розробка програм Fitness Boot Camp для представників інших вікових груп з різним рівнем фізичного стану.

Список бібліографічних посилань

1. Бойко Г. М. Види оздоровчо-рекреаційної рухової активності : навч. посіб. Ч. 1. Київ : Талком, 2014. 165 с.
2. Байтало Ю. М. Роль фізичного виховання у професійній підготовці курсантів навчальних закладів МВС України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2008. № 6. С. 78–80.
3. Компанієць Ю. А. Використання інтерактивних методів у фізичному вихованні курсантів вищих навчальних закладів МВС України. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2013. № 8. С. 41–45.
4. Романова Н. Ф. Теоретичні аспекти розробки стандарту формування здорового способу життя. *Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія 11: «Соціальна робота. Соціальна педагогіка»*. 2014. Вип. 19. С. 69–75.
5. Стратегии и рекомендации по здоровому образу жизни и двигательной активности : сб. материалов ВОЗ / сост. Е. В. Имас, М. Д. Дутчак, С. В. Трачук. Киев : НУФВСУ ; Олимп. лит., 2013. 528 с.
6. Warner J. Top 10 Fitness Trends Picked for 2013. *Web MD*. 29 Oct 2012. 19 Jun 2013.

Надійшла до редколегії 12.03.2018

УДК 796.323.2(477)

В. М. КАЗНАЧЕСЬВ,

старший викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки факультету № 2

Харківського національного університету внутрішніх справ;

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-2412-795X>

РОЛЬ БАСКЕТБОЛУ В ПІДГОТОВЦІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У ВИЩИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДАХ

Проаналізовано роль спортивної гри баскетбол при підготовці поліцейських у вищих навчальних закладах, встановлено, що баскетбол сприяє виконанню багатьох завдань при підготовці кваліфікованих працівників поліції.

Ключові слова: баскетбол, підготовка поліцейських, освітній процес, вищий навчальний заклад.

На сучасному етапі державотворення інтеграція України до Європейського Союзу визнається неодмінно складовою подальшої демократизації нашої країни, формування громадянського суспільства. Освіта у вищих навчальних закладах системи МВС України завжди була важливою та невід’ємною складовою підготовки поліцейських кадрів і процес її формування та розвитку відбувався в недосконалих умовах державного будівництва в незалежній Україні. Повсякчас, сучасне суспільство вимагає від працівника поліції високого рівня фізичної культури, освіченості, здатності до самоосвіти та самовдосконалення, уміння застосовувати свої уміння та навички в різних сферах правоохоронної діяльності, що об’єктивно потребує переосмислення існуючої системи підготовки кадрів для поліції [1, с. 5].

Сьогодення висуває кардинально нові вимоги і до процесу фізичної підготовки поліцейських. Вона має бути гнучкою, розгалуженою, варіативною, здатною задовольнити потреби працівників саме в тих сферах, при виконанні спеціальних завдань, що відповідають викликам часу.

Як свідчить вітчизняний і міжнародний досвід, фізичне виховання і спорт у вищому навчальному закладі має широкі можливості для формування професійної та загальної культури особистості. Таким чином, основним завданням підготовки поліцейського є

формування соціально-активної, всебічно розвиненої, висококультурної, фізично і морально здорового фахівця.

Для реалізації зазначених завдань суттєвим є залучення курсантів (студентів) на заняттях із фізичного виховання до ігрової діяльності. Саме в ігровій діяльності об'єктивно поєднуються два дуже важливих фактори: з одного боку, курсанти (студенти) включаються в практичну діяльність, розвиваються фізично, звикають самостійно діяти, з іншого боку – отримують моральне і естетичне задоволення від цієї діяльності, поглиблюють пізнання навколишнього середовища. Все це в кінцевому підсумку сприяє вихованню особистості в цілому. Таким чином, гра є одним з комплексних засобів виховання. Вона спрямована на всебічну фізичну підготовленість, вдосконалення функцій організму, рис характеру тощо.

Одним з найпопулярніших видів спортивних ігор є баскетбол. Ця гра має багато шанувальників як серед тих, хто займався раніше і захоплюється зараз, так і серед людей, яким подобається баскетбол за динамічність, азарт спортивної боротьби конкуруючих команд, легкість та невимушеність володіння гравцями м'ячем при виконанні прийомів гри в складних ігрових ситуаціях. Видовищність ігри, безсумнівно, підвищують незвичайні правила гри і розміщення корзини високо над майданчиком. Баскетбол, має столітній шлях розвитку, в останні 30–40 років невідомо змінився порівняно з першим п'ятдесятиріччям свого існування. Підвищилася технічна підготовка гравців за рахунок розширення арсеналу прийомів гри і поліпшення виконавської майстерності. У всіх аспектах зріс атлетизм спортсменів і динамізм самої гри [1, с. 5].

У грудні 1891 року викладач фізичного виховання Спрінгфілдського тренувальної школи (пізніше школа була перетворена в коледж) в штаті Массачусетс (США) Джеймс Нейсміт винайшов гру, яку охарактеризував так: «в баскетбол легко грати, але важко грати добре». Нова гра виявилася настільки динамічною і захоплюючою, що перевершила найкращі надії Нейсміта. Дуже скоро вона завоювала загальне визнання в Америці, а в сучасному світі в неї грають мільйони людей [1, с. 6].

Аналіз наукових досліджень свідчить про доцільність використання баскетболу під час підготовки фахівців у вищих навчальних закладах, зокрема, поліцейських. Адже, баскетбол, як найбільш розповсюджений вид спорту у світі, сприяє виконанню багатьох завдань при підготовці кваліфікованих працівників поліції [2, с. 17].

До таких завдань можна віднести:

- поліпшення та укріплення здоров'я на заняттях з баскетболу;
- поліпшення особистісних якостей людини (формування обов'язку, наполегливості, особиста відповідальність в групі, командна робота, формування поваги до правил та інших осіб);
- розвиток психологічних якостей (розвиток пізнавальних якостей, контроль сприйняття, впевненість в собі, самоконтроль тощо).

Баскетбол, саме той вид спорту, який розвиває у людини безліч різних рухових здібностей. В процесі гри в баскетбол, розвиваються рухові (фізичні) здібності: швидкісні; швидко-силові (ривки, стрибки з м'ячем і без м'яча, кидки і передачі); витривалість (тривале виконання вправ з м'ячем і без м'яча з різною, часто з високою швидкістю).

Система фізичних вправ, заснованих на баскетболі, також робить багатобічний вплив на розвиток психічних процесів в організмі курсанта (студента). Баскетбол покращує сприйняття, увагу, пам'ять, розвиває уяву і мислення, що є основою для якісного сприйняття і дотримання правил, і умов як самих вправ, так і гри, узгодження дій як індивідуального гравця, так і всіх команди в цілому.

Основу баскетболу складають прості природні рухи – стрибки, біг, передачі і кидки. Такі прийоми є легкими для сприйняття. Під час гри кожен гравець прагне перевершити свого суперника швидкістю своїх дій, які спрямовані на досягнення перемоги. Гра привчає гравців максимально мобілізувати свої сили і можливості, долати труднощі, що виникають під час гри, діяти з максимальною напругою фізичних і моральних сил. Всі ці фактори сприяють вихованню у молодих людей рішучості, наполегливості і цілеспрямованості [3, с. 23].

В ході гри постійно чергуються рухи і дії, які постійно змінюються за інтенсивністю та тривалістю і в кінцевому результаті вони надають комплексний вплив на організм людини. Баскетбол сприяє розвитку багатьох фізичних якостей, формування рухових навичок, а також зміцнює внутрішні органи.

Спеціально підібрані ігрові вправи, що виконуються індивідуально, в двійках, трійках, командах, рухливі ігри та завдання з м'ячем створюють необмежені можливості для розвитку, перш за все координаційних здібностей (орієнтування в просторі, швидкість реакції і перестроювання рухових дій, точність диференціювання і оцінювання просторових, силових і часових параметрів рухів, здатність до узгодження окремих рухів в цілісні комбінації). Особливістю спортивної гри баскетбол є миттєва зміна ситуацій, орієнтування в складній руховій діяльності, виконання різноманітної діяльності, виконання різноманітних рухових дій з м'ячем і без м'яча.

Обстановка під час гри постійно змінюється і весь час створюються нові ігрові ситуації. Такі умови змушують гравців постійно спостерігати за ходом гри, розвивають у них здатності миттєво оцінювати позицію, діяти швидко, винахідливо і ініціативно в будь-яких ситуаціях. Спостерігаючи за процесом гри, гравці розвивають у себе здатності до концентрації уваги, часової і просторової орієнтації. Безперервна зміна ігрової обстановки, удачі чи поразки викликають у гравців прояв різних почуттів і переживань, які впливають на їх діяльність. Високий рівень емоцій постійно підтримують активність і інтерес до гри. Володіючи такими особливостями, баскетбол створює ряд сприятливих умов для виховання у курсантів (студентів) уміння управляти своїми емоціями, не втрачати можливості контролю над своїми діями.

Під час гри кожен гравець, з огляду на зміну ігрової обстановки, самостійно визначає, які дії необхідно виконати, а також прийняти рішення, коли і як діяти. Такі дії сприяють вихованню в гравців творчої ініціативи. Також слід пам'ятати про те, що на відміну від усіх командних видів спорту баскетбол дає можливість показати індивідуальні здібності кожного гравця, а також іноді дає можливість самостійно вирішити результат гри.

Правилами гри передбачено також етику поведінки спортсменів по відношенню до своїх супротивників і суддів. Для регулювання взаємовідносин на ігровому майданчику між учасниками існують персональні і технічні покарання. Така особливість створює умови для виховання дружби і товариства і створює у курсантів (студентів) звичку підпорядковувати свої дії інтересам команди.

На сьогодні в системі фізичного виховання баскетбол набув великої популярності через економічну доступність гри, високу емоційність, великий видовищний ефект і найголовніше, що ця гра сприятливо впливає на організм людини. У багатьох випадках ігрові моменти допомагають моделювати життєві ситуації, що виникають в практичній діяльності поліцейського, а вихована при грі в баскетбол звичка дотримуватись встановлених норм і правил поведінки, бути працьовитим, дисциплінованим знаходять свою реалізацію та затребуваність у професійній діяльності.

Список бібліографічних посилань

1. Аркуша А. О., Королінська С. В. Основи техніко-тактичної підготовки в баскетболі : навч. посіб. Харків, 2013. 103 с.
2. Защук С. Г., Ивчатова Т. В. Баскетбол в физическом воспитании студентов нефизкультурных вузов. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2009. № 5. URL <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2010-05/10zsgnsu.pdf> (дата звернення: 20.04.2018).
3. Волков О., Волошин А. Вершини українського баскетболу. Київ, 2010. 72 с.

Надійшла до редколегії 25.04.2018