

УДК 378.14:355.23-796.8.012.6(075.8)

КОЛІСНІЧЕНКО В. В.,

кандидат педагогічних наук, доцент,
інспектор відділення кадрового забезпечення полку поліції
особливого призначення ГУНП в Харківській області;

 <https://orcid.org/0000-0002-4896-7889>;

БУРХАЙЛО В. А.,

викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки
факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ;

 <https://orcid.org/0000-0002-4329-9140>

МОДЕРНІЗАЦІЯ ЗМІСТУ СЕКЦІЙНОЇ РОБОТИ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ, ЯКІ СПЕЦІАЛІЗУЮТЬСЯ В ОДНОБОРСТВАХ

Розглянуто актуальну проблему удосконалення системи організації секційної роботи курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ, які спеціалізуються в боротьбі самбо. Встановлено, що змодельовані нами педагогічні умови забезпечують підвищення спортивних показників, а також сприяють формуванню готовності майбутніх офіцерів національної поліції України до застосування заходів фізичного впливу (сили) у різних умовах службово-оперативної діяльності.

Ключові слова: боротьба самбо, педагогічні умови, технічні засоби, технічна підготовка, швидкісно-силові якості.

Постановка проблеми. Сучасний стан розвитку службово-прикладних видів спорту, зокрема боротьби самбо, вимагає від поліцейських різних категорій, які спеціалізуються в одноборствах високих професійних компетентностей, що сприяє підвищенню показників змагальної діяльності, а також компетентностей, які забезпечують формуванню їх готовності до застосування заходів фізичного впливу (сили) у різних умовах службово-оперативної діяльності.

Характеризуючи рухову діяльність одноборців, зокрема майбутніх офіцерів Національної поліції України (НПУ), які спеціалізуються в боротьбі самбо, необхідними компонентами успішної змагальної діяльності (ефективного застосування заходів фізичного впливу, сили) є: активне самовдосконалення, постійне розширення світогляду, практичних навичок та опанування новими прикладними компетентностями.

Відповідно до вище зазначеного, прослідковується важливість відповідних форм організації системи багаторічної підготовки майбутніх офіцерів НПУ (поліцейських різних категорій), які спеціалізуються в боротьбі самбо, які забезпечували б неперервний процес саморозвитку. Однією із найважливіших форм, безсумнівно, є науково-дослідницька діяльність, яка спрямовує індивіда на пошук оптимальних, інноваційних засобів підвищення ефективності його професійної діяльності (спортивних показників), що підкреслює актуальність обраного напрямку дослідження.

Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідної роботи і дослідно-конструкторських робіт кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету №2 Харківського національного університету внутрішніх справ (2020-2021 р.р.).

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури, а також Інтернет-ресурсів у обраному напрямі наукової розвідки дозволив нам визначити ряд науковців: А. Алексєєва, Г. Арзютова, К. Ананченка, Н. Бойченко, Ф. Загуру, В. Саєнка, які у своїх працях висвітлили основні складові організації системи багаторічної підготовки одноборців.

Відповідно до результатів аналізу науково-методичної та спеціальної літератури (Інтернет-джерел) [1-4] встановлено, що питанням моделювання педагогічних умов, які забезпечують

розвиток та удосконалення швидкісно-силових якостей (прикладних компетентностей) курсантів закладів вищої освіти, які готують кадри для НПУ, і які спеціалізуються в одноборствах, зокрема в боротьбі самбо присвячено недостатню кількість наукових праць, що потребує подальших наукових досліджень та підкреслює актуальність і практичну складову обраного напрямку наукової розвідки.

Мета статті. Головною метою дослідження є розроблення та апробація педагогічних умов розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів НПУ, які спеціалізуються в боротьбі самбо у річному циклі (змагальний макроцикл) їх багаторічної підготовки.

Під час дослідження були використані наступні методи: абстрагування, аналізу та синтезу, індукції і дедукції, моделювання, математично-статистичні (кореляційного аналізу, факторного аналізу), власний досвід участі у змаганнях різних рангів зі службово-прикладних одноборств, досвід багаторічної підготовки одноборців до змагань вищих рангів з неолімпійських та службово-прикладних видів спорту тощо.

Виклад основного матеріалу. Емпіричне дослідження організовано у три етапи (лютий 2020 р. – березень 2021 р.). Упродовж першого етапу дослідження (лютий 2020 р.) проведено аналіз науково-методичної та спеціальної літератури, у яких розкриваються шляхи вирішення окресленої проблематики. Надалі нами сформульовано мету та визначені основні завдання дослідження, а також здійснено підбір необхідних наукових методів (інструментарію) дослідження.

Під час відпрацювання другого етапу (березень 2020 р.), відповідно до результатів попередніх досліджень у обраному напрямі [1-4], нами обґрунтовано доцільність та необхідність впровадження у систему багаторічної підготовки майбутніх офіцерів НПУ (систему секційної роботи), які спеціалізуються в боротьбі самбо (надалі – самбістів) функціональних засобів фізичної та спеціальної фізичної підготовки (технічних засобів навчання), які забезпечують розвиток та удосконалення швидкісно-силових якостей (формування прикладних компетентностей), а саме: тренажер із захватом для дзюдо, самбо (надалі гумовий амортизатор [5], рукав-канату [6], бойового молоту (надалі кувалди) [7] та відеокomp'ютерної системи експрес-аналізу біомеханічних рухів «Katsumoto» [8 с. 36-42] (надалі – ВКС «Katsumoto»).

Крім цього, упродовж зазначеного етапу нами розроблені спеціальні прикладні тренувальні вправи й відповідні завдання, які імітують технічні дії боротьби самбо (технічні дії застосування заходів фізичного впливу, сили) із акцентованим використанням зазначених вище тренажерів та технічних засобів навчання [5-8]. Відповідно до результатів моніторингу спеціальної літератури у обраному напрямі наукової розвідки та зазначене вище науково-теоретичне обґрунтування необхідності впровадження у систему багаторічної підготовки самбістів досліджуваної категорії технічних засобів навчання (тренажерів), нами змодельовані педагогічні умови розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей майбутніх офіцерів НПУ, які спеціалізуються в боротьбі самбо (табл. 1) із акцентованим використанням технічних засобів навчання та відповідного тренажерного обладнання.

Таблиця 1

Педагогічні умови розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей курсантів, які спеціалізуються в боротьбі самбо (річний цикл підготовки, змагальний макроцикл)

Внесені зміни у програму багаторічної підготовки курсантів, які спеціалізуються в боротьбі самбо [9] (чоловіки)	
Педагогічні умови (зміст навчально-тренувальних занять)	
понеділок	
РФЗ (розминка; біг до 2-3 км; загальнорозвиваючі та спеціальні вправи в русі та на місці; імітація технічних дій у стійці із використанням гумового амортизатору).	
Навчально-тренувальне заняття №1 (розминка; відпрацювання технічних та тактичних дій у стійці; відпрацювання техніко-тактичних комбінацій із використанням гумового амортизатору у партері; загальна фізична підготовка (робота з кувалдою); лазіння по рукав-канату; заминка; розтягнення).	

<u>вівторок</u> РФЗ (розминка; біг 2,5-3,5 км; загально-розвиваючі та спеціальні вправи на місці та в русі; швидкісне подолання відрізків 25-30 м; відпрацювання техніко-тактичних дій у стійці із використанням гумового амортизатору; заминка; розтягнення). Навчально-тренувальне заняття №2 (розминка; відпрацювання техніко-тактичних комбінацій у стійці; навчально-тренувальні сутички із різними партнерами у партері; відпрацювання технічних дій у партері та стійці із використанням гумового амортизатору; навчально-тренувальні сутички; загальна фізична підготовка (робота з кувалдою); заминка; стретчинг, відеоаналіз технічних дій (ВКС «Katsumoto»)).
<u>середа</u> РФЗ (розминка; біг 3-3,5 км; загально-розвиваючі та спеціальні вправи на місці та в русі; відпрацювання технічних дій у стійці із використанням гумового амортизатору; силові вправи на
<i>продовження таблиці 1</i>
гімнастичних снарядах; заминка; розтягнення). Навчально-тренувальне заняття №3 (розминка; відпрацювання технічних дій в партері; відпрацювання техніко-тактичних комбінацій в партері із використанням гумового амортизатору; удосконалення «коронної техніки»; швидкісне відпрацювання технічних дій у стійці; лазіння по рукав-канату; заминка; розтягнення; відеоаналіз технічних дій (ВКС «Katsumoto»), плавання в басейні до 1,8-2 км).
<u>четвер</u> РФЗ (розминка; крос до 3-3,5 км; загально-розвиваючі та спеціальні вправи на місці та в русі; відпрацювання технічних дій у стійці із використанням гумового амортизатору; розтягнення; заминка). Навчально-тренувальне заняття №4 (розминка; відпрацювання технічних дій у партері із використанням гумового амортизатору; відпрацювання нових кидків та техніко-тактичних комбінацій у стійці та партері; лазіння по рукав-канату на швидкість; загальна фізична підготовка (робота з кувалдою); заминка; розтягнення).
<u>п'ятниця</u> РФЗ (розминка; біг 3-3,5 км; загально-розвиваючі та спеціальні вправи на місці та в русі; відпрацювання технічних дій у стійці із використанням гумового амортизатору; силові вправи на гімнастичних снарядах; заминка; розтягнення). Навчально-тренувальне заняття № 5 (розминка; відпрацювання технічних дій у стійці в русі; відпрацювання технічних дій в партері; відпрацювання техніко-тактичних комбінацій у стійці та партері із використанням гумового амортизатору; навчально-тренувальні сутички із різними партнерами в партері; навчально-тренувальні сутички із різними партнерами у стійці; лазіння по рукав канату із обтяженнями; заминка; розтягнення); відеоаналіз технічних дій (ВКС «Katsumoto»).
<u>субота</u> РФЗ (біг до 3 км; розтягнення; відпрацювання технічних дій у стійці із використанням гумового амортизатору; швидкісне подолання відрізків 25-30 м; швидкісно-силові вправи на гімнастичних снарядах; заминка) Навчально-тренувальне заняття № 6 (розминка; міні-футбол (регбол); відпрацювання технічних елементів боротьби у стійці із використанням гумового амортизатору; силова підготовка (кросфіт); розтягнення; баня (парна); підведення підсумків, відеоаналіз технічних дій (ВКС «Katsumoto»); постановка завдань на наступний тиждень).
<u>неділя</u> Відпочинок.
<i>Примітка: РФЗ – ранкова фізична зарядка; надано типовий тижневий план (річний цикл, змагальний макроцикл); дозування навантаження здійснювалося відповідно до індивідуально-типологічних (психофізичних) особливостей досліджуваних курсантів Е2</i>

Надалі у динаміці третього етапу емпіричного дослідження (квітень 2020-березень 2021 р.р.), з метою визначення ефективності розроблених педагогічних умов (табл. 1) організовано педагогічний експеримент, у якому прийняли участь курсанти Харківського національного

університету внутрішніх справ (ХНУВС), які в рамках спортивно-масової роботи (секційної роботи) займаються боротьбою самбо ($n=36$ чол.). Середній вік досліджуваних склав $20,3 \pm 2,2$ роки (чоловічої статті), з-них: першого спортивного розряду – 4 чол., другого спортивного розряду – 8 чол., третього спортивного розряду – 24 чол., варто підкреслити, що всі учасники педагогічного експерименту дали згоду на участь в дослідженні.

Учасників педагогічного експерименту за методом випадкової вибірки було розподілено на дві групи: контрольну (Кг, $n=18$ чол.) та експериментальну (Ег, $n=18$ чол.), що були репрезентативні за антропометричними показниками та обсягом. До початку педагогічного експерименту досліджувані курсанти Кг та Ег за рівнем розвитку швидкісно-силових якостей та технічної підготовленості з боротьби самбо (заходів фізичного впливу, сили) достовірно не відрізнялися ($P \geq 0,05$).

З метою розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей, які забезпечують формування готовності самбістів до змагальної діяльності (до застосування заходів фізичного впливу, сили у різних умовах службово-оперативної діяльності), представники Кг під час навчально-тренувальних занять в річному циклі підготовки (змагальний макроцикл) використовували діючу програму [9]. У свою чергу, курсанти Ег в системі річного циклу підготовки додатково використовували змодельовані нами педагогічні умови (табл. 1) із технічними засобами навчання та відповідним тренажерним обладнанням [5-8].

Впровадження у систему річного циклу підготовки (змагальний макроцикл) досліджуваних Ег зазначених вище педагогічних умов передбачало здійснення відповідного контролю (вхідного, проміжного та підсумкового), щодо впливу поетапного формування швидкісно-силових якостей та визначення їх впливу на технічну майстерність досліджуваних однокласників Ег порівняно із представниками Кг (рис. 1).

Визначення рівня сформованості готовності (за досліджуваними показниками) представників Кг та Ег до змагальної діяльності здійснено відповідно до діючої нормативної бази [9-12]. Крім цього, під час оцінювання було використано метод експертного оцінювання за 4-х бальною шкалою, де «5» – максимальний бал, а «2» – мінімальний.

При порівнянні показників до та після використання змодельованих нами педагогічних умов (табл. 1) встановлено, що результати (рис. 1), отримані наприкінці педагогічного експерименту у досліджуваних групах зросли відносно вихідних та проміжних показників, і ці відмінності переважно є достовірними (Ег, $P \leq 0,05$).

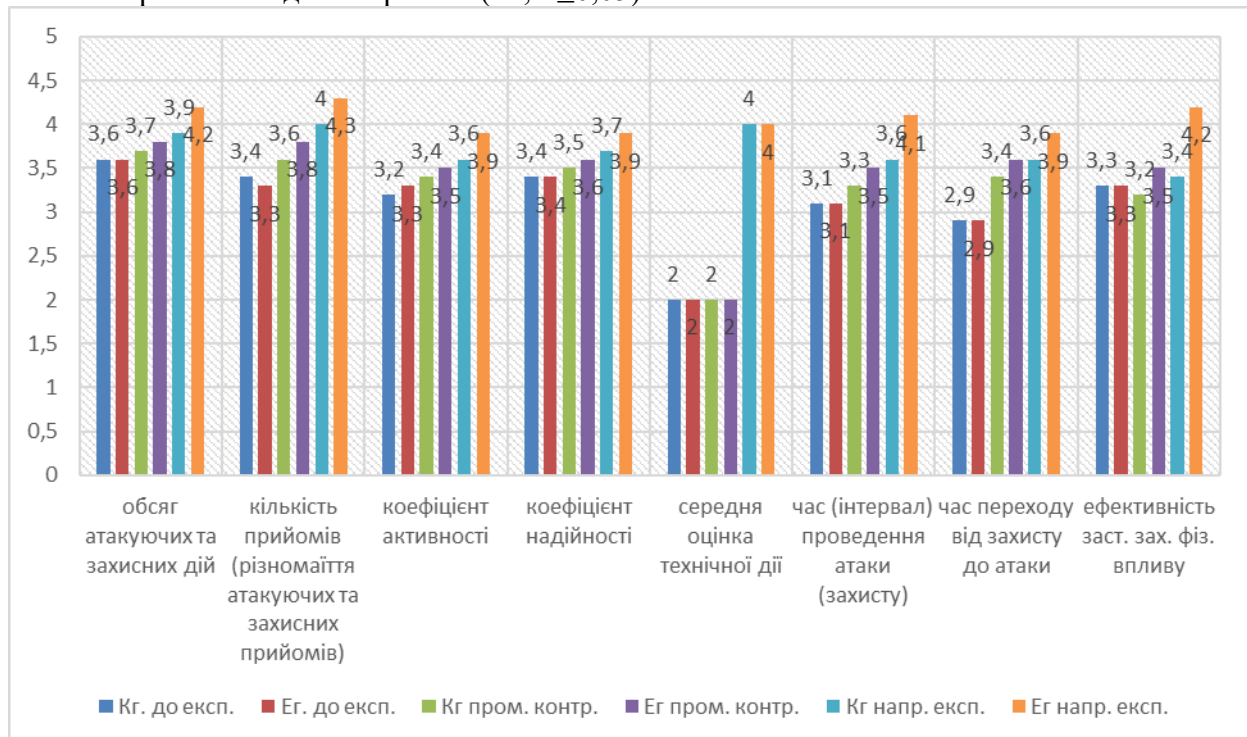


Рис. 1. Результати визначення параметрів активності та ефективності змагальних дій (навичок застосування заходів фізичного впливу, сили) досліджуваних курсантів Кг та Ег, які спеціалізуються в боротьбі самбо упродовж педагогічного експерименту

Висновки і пропозиції. В результаті дослідження розроблено та апробовано педагогічні умови розвитку та удосконалення швидкісно-силових якостей курсантів ХНУВС, які спеціалізуються в боротьбі самбо у річному циклі (змагальний макроцикл) їх багаторічної підготовки. Нами встановлено, що внесені зміни у програму підготовки курсантів-одноборців (самбістів) у річному циклі їх підготовки (змагальний макроцикл) сприяло розвитку та удосконаленню їх швидкісно-силових якостей. Крім цього, акцентоване використання технічних засобів та спеціальних тренажерів сприяло підвищенню технічної майстерності досліджуваних курсантів експериментальної групи, що підтверджується позитивною динамікою підвищення їх спортивної кваліфікації (показників змагальної діяльності), а також ефективністю техніки застосування заходів фізичного впливу (сили) у різних умовах службово-оперативної діяльності.

Результати дослідження впроваджені у практику багаторічної підготовки курсантів ХНУВС, які спеціалізуються в боротьбі самбо. Перспективи подальших досліджень у обраному напрямі наукової розвідки передбачають конструювання педагогічної моделі формування готовності курсанток, які спеціалізуються в боротьбі самбо до змагань вищих рангів в системі їх багаторічної підготовки із акцентованим використанням технічних засобів навчання.

Список бібліографічних посилань

1. Бортник С. М., Моргунов О. А., Артем'єв В. О., Хомко І. Г. Тактика самозахисту та особистої безпеки працівників Національної поліції України : метод. рек. Харків : ХНУВС, 2017. 136 с.
2. Малолєпший С. Б., Калюжний М. Г., Хацаюк О. В. Коефіцієнти ефективності застосування заходів фізичного впливу правоохоронцями МВС України. *Чесць і закон*. 2017. № 1. С. 78–84.
3. Моргунов О. А., Яреценко О. А., Хацаюк О. В. Напрямки розвитку військово-прикладних навичок застосування засобів індивідуального захисту та активної оборони курсантами-правоохоронцями. *Чесць і закон*. 2017. № 4 (63). С. 49–55.
4. Хацаюк О. В., Єлісєєва О. С., Жуков В. Л., Клименко В. П., Бережний Ю. М. Модель формування готовності майбутніх офіцерів-правоохоронців до застосування заходів фізичного впливу в різних умовах службово-бойової діяльності. *Інноваційна педагогіка*. 2020. № 29 (2). С. 174–178.
5. Тренажер с захватом для дзюдо // WR : сайт. URL: <https://www.wr-wrest.com/espander-imitator-kimono> (дата звернення: 10.04.2021).
6. Тренажер канат-рукав для самбо. 2021. URL: <https://www.forbox.com.ua> (дата звернення: 12.04.2021).
7. Кувалди для кроссфіта (бойовий молот). 2021. URL: <https://wodshop.com.ua/-uk/kuvaldy> (дата звернення: 12.04.2021).
8. Бизин В. П., Миргород Д. А., Хацаюк А. В. Технические средства обучения двигательным действиям : монография. Берлин, 2014. 217 с.
9. Михайленко А. В., Наухатко О. К., Виноградов В. В., Кучеренко А. С. Навчальна програма для студентів НТУ «ХПІ», учнів фахових коледжів, ліцеїв, технікумів та спеціалізованих класів, які входять до комплексу НТУ «ХПІ», а також для груп з самбо СК «Політехнік» (інших закладів вищої освіти). Харків, 2009. 120 с.
10. Моргунов О. А., Забора А. В., Соколов В. В. Робоча програма навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» вибіркових компонент освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти 081. Право (Поліцейські) : роб. прог. навч. дисц. Харків : ХНУВС, 2020. 24 с.
11. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : Наказ МВС України від 26.01.2016 № 50 // База даних (БД) «Законодавство України» / Верховна Рада (ВР) України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16> (дата звернення: 12.04.2021).
12. Про затвердження Змін до Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : Наказ МВС України від 21.01.2020 № 51 // БД «Законодавство України» / ВР України. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0326-20> (дата звернення: 12.04.2021).

Отримано 19.04.2021