

### **Список бібліографічних посилань**

1. Приходько І., Байда М. Теоретичні аспекти адиктивної поведінки військовослужбовців. *Честь і закон*. 2018. № 3 (66). С. 67–74.
2. Kaplan J. H. Marijuana and drug abuse in Vietnam. *New York Acad. of Sciences*. 1971. No. 191. Pp. 261–269.
3. 2150 військовослужбовців загинуло через небойові втрати, 8 тисяч поранено і травмовано через небойові причини в 2014–2017 роках // ЦЕНЗОРНЕТ : сайт. URL: [https://ua.censor.net.ua/news/460846/2150\\_viyiskovoslujbovtziv\\_zagynulo\\_cherez\\_nebojovi\\_prychyny\\_8\\_tysyach\\_porane\\_po\\_i\\_travmovano\\_cherez](https://ua.censor.net.ua/news/460846/2150_viyiskovoslujbovtziv_zagynulo_cherez_nebojovi_prychyny_8_tysyach_porane_po_i_travmovano_cherez) (дата звернення: 20.02.2019).
4. Досвід роботи в армії США та арміях інших країн щодо недопущення втрат особового складу з причин, не пов'язаних із виконанням завдань за призначенням : метод. посіб. / Н. А. Агасв, О. М. Кокун, М. В. Герасименко та ін. Київ : НДЦ ГП ЗСУ, 2018. 156 с.


*Отримано 25.02.2019*



УДК 159.9:351.74(477)

**Андрій Федорович БАЛЬВА,**

*старший викладач кафедри вогневої підготовки  
факультету № 3 (підрозділів поліції превентивної діяльності)  
Харківського національного університету внутрішніх справ;*

 <https://orcid.org/0000-0002-4689-3284>;

**Крістіна Вячеславівна ГЛИБОВА,**

*курсант факультету № 3 (підрозділів поліції превентивної діяльності)  
Харківського національного університету внутрішніх справ*

## **ПЕДАГОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПІДВИЩЕННЯ ЕМОЦІЙНОЇ СТІЙКОСТІ ПРАЦІВНИКІВ ПОЛІЦІЇ У ПРОФЕСІЙНІЙ ДІЯЛЬНОСТІ**

*Проаналізовані фактори, які діють негативно на співробітника поліції  
при застосуванні зброї. Узасальнені методи психологічної підготовки, які  
використовуються при навчанні стрільбі з пістолета.*

Сучасний етап розвитку правоохоронних органів України характеризується підвищенням вимог до підготовки працівників поліції. Це обумовлюється специфікою виконання широкого кола завдань і функцій, багато з яких характеризуються зростанням інтенсивності і сили впливу стрес-факторів на психіку працівників поліції. Ці особливі й екстремальні умови, негативно впливають на професійну діяльність. Виникає необхідність у розробці нових форм і методів удосконалення психологічної підготовки у діяльності правоохоронців в особливих і екстремальних умовах.

Одним з основних і невід’ємних факторів психологічної готовності в діяльності у особливих і екстремальних умовах є емоційна стійкість. До найбільш негативних чинників які впливають на емоційну стійкість можна віднести застосування зброї. Можливість отримати поранення або ж бути вбитим, при цьому може раптово виникнути необхідність в застосуванні зброї, що діє руйнівно на стан працівника поліції, що має низьку емоційну стійкість.

За статистичними даними, тільки 25 % співробітників поліції використовують отримані в результаті навчання технічні навички в реальних бойових умовах. Під час стрілянини психіка людини стає іншою, змінюється сприйняття інформації, механізм прийняття рішень, чутливість до больових відчуттів. Виникає «конвульсивна» хватка зброї. З’являється так званий «тунельний зір» – стрілець сприймає тільки противника як джерело безпосередньої небезпеки, і не в змозі сприйняти і зрозуміти будь-яку іншу інформацію. Багато співробітників поліції відчувають слухові порушення і іноді не можуть точно сказати, скільки вони зробили пострілів. Пригнічується діяльність лівої півкулі головного мозку, відповідального за абстрактно-логічне мислення. Людина не в змозі логічно оцінити ситуацію а її розвиток, усвідомлено застосувати отримані в результаті навчання навички.

Варто відзначити цілу низку факторів, які діють негативно на співробітника поліції при застосуванні зброї:

- стрільба, як правило, відбувається в умовах недостатнього освітлення – 71,5 % випадків (проміжок з 19.00 до 07.00 годин.);
- застосування зброї в умовах населеного пункту – 65,1 % випадків застосування на вулиці, 15,8 % – у приміщенні;
- на відстані до 7 метрів – 76,6 % випадків;
- при активній протидії злочинця – 63 % випадку;
- дефіцит часу на прийняття вірного рішення і його реалізація.

Загальна результативність стрільби з обліків всіх цих факторів досягає до -49,9 %.

Отже, для формування стійких навичок стрільби з пістолета, перш за все, необхідна організація систематичних тренувань в умовах максимально наближених до бойових. Застосування різних світло-шумових ефектів, використання нестандартних мішеней (тривимірних), застосування мультимедійних тирів з моделюванням різних екстремальних ситуацій, стрілянина після фізичного навантаження (біг, рукопашний бій). Навчання має проводитися способом від простого до складного, з поступовим збільшенням обсягу тренувань. В основі цього лежить діалектичний тезис про перехід кількості в якість.

Поряд з цим, одним з головних факторів, що впливають на результативність процесу навчання, є формування психологічної та емоційної готовності співробітника поліції до стрільби.

Методи психологічної підготовки, які використовуються при навчанні стрільбі з пістолета повинні бути тісно взаємопов'язані з технічною та тактичною стрілецькою підготовкою. Тому завдання ефективного навчання співробітника поліції стрільбам повинні вирішуватися комплексно. Основні групи методів психологічної та емоційної підготовки до стрільби можна розділити на:

1. Мотиваційні методи – дозволяють сформувати необхідний настрій, цільову установку на позитивне освоєння і виконання вправ. Цей процес пов'язаний з розвитком у співробітників необхідного інтересу до освоєння навичок стрільби, формуванням їхніх переконань і поглядів і може супроводжуватися напруженими пошуками варіантів майбутніх дій. Мотиви створюють внутрішнє спонукання до досягнення цілей навчання стрільбі, формують стан схильності організму до дії. Мотиваційні методи психологічної підготовки включають такі психолого-педагогічні прийоми і способи, як цільова установка, навіювання, роз'яснення, переконання, оцінка і контроль, схвалення та заохочення, критика і самокритика.

2. Пізнавальні методи – застосовуються для активізації пізнавальних процесів, необхідних для засвоєння і закріплення стрілецьких умінь і навичок, створення умов для накопичення досвіду. Особливо важливим є розвиток уваги, сприйняття і пам'яті. Такі якості уваги, як концентрація, розподіляється вкрай необхідні співробітнику для успішного навчання і ведення прицільної стрільби. Завдяки цим якостям уваги, стрілок може зосередитися і тривало утримувати увагу на об'єкті прицілювання, а також розосередити увагу на декількох об'єктах і сприймати їх в рівній мірі ефективно.

3. Психомоторні методи – дозволяють активізувати відпрацювання всіх операцій і дій, що входять в структуру рухових навичок володіння зброєю і стрільби. Специфіка психомоторних методів полягає в налагодженні зв'язку і узгодженості між фізичними реакціями, рухами – з одного боку, і пізнавальної, емоційно-вольової активністю психіки співробітника – з іншого боку. При цьому психомоторні методи покликані формувати основні та додаткові рухи (мінімально необхідні для отримання елементарних навиків поведінки з пістолетом і ведення вогню), усувати зайві і помилкові рухи.

Врахування психологічних закономірностей оволодіння стрілецькими навичками, особливостей психолого-педагогічного процесу навчання, а також знання і творче застосування різних методів психологічної підготовки дозволять швидко і якісно навчати співробітників поліції стрільбі з пістолета і є обов'язковою умовою підвищення результативності їх вогневої підготовки.

#### **Список бібліографічних посилань**

1. Лефтеров В. А., Захарченко В. Ю. Психологическая подготовка к стрельбе из пистолета. Донецк : ДИВС МВД Украины, 2001. С. 7–25.

2. Сорокин Е. Израильский стиль боевой стрельбы из пистолета. Психологические аспекты подготовки. *Солдат удачи*. 1998. № 11. С. 37–38.


Отримано 05.03.2019

УДК [378.6:351.74:796.011.3](477)

**Микола Олександрович БОРОВИК,**

*викладач кафедри спеціальної фізичної підготовки  
факультету № 2 (кримінальної поліції)*

*Харківського національного університету внутрішніх справ;*

 <https://orcid.org/0000-0003-0943-6735>

## **ХАРАКТЕРИСТИКА ЗАСОБІВ ВІДНОВЛЕННЯ ФІЗИЧНОЇ ВИТРИВАЛОСТІ МАЙБУТНІХ ОФІЦЕРІВ НАЦІОНАЛЬНОЇ ПОЛІЦІЇ УКРАЇНИ**

*Висвітленні питання, пов'язанні із вдосконаленням психофізичної підготовленості майбутніх офіцерів Національної поліції України, шляхом вивчення характеристик засобів відновлення після фізичного навантаження пов'язаного з проявом фізичної витривалості. Дано поняття засобів відновлення фізичної працездатності, проведена класифікація на педагогічні, психологічні та медико-біологічні засоби відновлення.*

Хибним є уявлення про те що, щоб ефективно відновити сили перед наступним заняттям достатньо виспатись вночі та зробити перерву між тренуваннями. Розвиток тренуваності є результатом того, що реакції які спостерігаються в організмі після тренувальних навантажень, не усуваються повністю, а закріплюються змінами функціональних систем організму, що виникають у відновлювальному періоді та слугують основою підвищення тренуваності.

До факторів, що впливають на розвиток фізичної витривалості майбутніх офіцерів Національної поліції України, відносяться різні засоби і методи відновлення, так для підвищення їх ефективності рекомендуються комплексне застосування у всіх формах фізичної підготовки, протягом всього дня.

Класифікація засобів відновлення фізичної витривалості здійснюється по спрямованості і механізму дії, та за часом і умовами використання. А саме розрізняють: засоби екстреного відновлення (термінова дія засобів відновлення на метаболічні процеси в інтервалах між виконання фізичного навантаження), поточного (в процесі повсякденної діяльності) профілактичного (для підвищення неспецифічної стійкості організму і попередження перевтоми) [3, с. 125].

Перевтома це предпатологічний стан організму, викликаний надмірним фізичним навантаженням та недоцільним використанням