

УДК 355.232.2:796.093.6 (075.8)  
DOI <https://doi.org/10.32840/1992-5786.2021.76-2.5>

### **О. А. Моргунов**

доктор юридичних наук, доцент, заслужений тренер України,  
завідувач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки  
факультету № 2  
Харківського національного університету внутрішніх справ

### **О. В. Хацяук**

заслужений тренер України,  
старший викладач кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки  
факультету № 2  
Харківського національного університету внутрішніх справ

### **О. А. Соколов**

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

### **О. П. Бондарович**

доцент кафедри спеціальної фізичної підготовки  
Національної академії Служби безпеки України

### **В. В. Оленченко**

викладач кафедри фізичної підготовки та спорту  
Національної академії Національної гвардії України

## **РОЗРОБЛЕННЯ СУЧАСНИХ НОРМАТИВІВ КОМПЛЕКСНОЇ ПЕРЕВІРКИ ІНДИВІДУАЛЬНОГО РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ РІЗНИХ КАТЕГОРІЙ ТА ВІКОВИХ ГРУП**

*Натепер актуальна модернізація нормативної бази програм підготовки майбутніх офіцерів Національної поліції України та програми службової підготовки поліцейських у напрямі їх тактичної та спеціальної фізичної підготовки. Додавання у зміст фізичної та спеціальної фізичної підготовки поліцейських різних категорій та вікових груп нових вправ прикладної спрямованості забезпечить прискорене, стійке й ефективне формування в них професійних компетентностей, які необхідні для забезпечення правоохоронної діяльності в різних умовах службово-оперативної діяльності. Зазначене вище підкреслює актуальність обраного напрямку наукової розвідки та практичну його складову частину.*

*Головною метою дослідження є визначення ефективності та рівня функціональності експериментальної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» поліцейських різних категорій та вікових груп.*

*Емпіричне дослідження організовано у три етапи. На першому етапі дослідження створено науково-дослідну групу, а також проведено моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури / інтернет-ресурсів, де розкриваються сутнісні характеристики з досліджуваної проблематики.*

*Упродовж другого етапу відповідно до результатів попередніх досліджень та власного багаторічного досвіду формування готовності поліцейських різних категорій та вікових груп до виконання завдань за призначенням із використанням засобів фізичної та спеціальної фізичної підготовки (тактичної підготовки) нами обґрунтовано доцільність упровадження в систему спеціальної фізичної підготовки поліцейських різних категорій та вікових груп прикладної фізичної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей».*

*Після розроблення умов та відповідної послідовності виконання зазначеної вище вправи нами організовано педагогічний експеримент (третій етап дослідження), який передбачав перевірку ефективності розробленої прикладної вправи. Із цією метою було створено експериментальну групу (майбутні офіцери та постійний склад Харківського національного університету внутрішніх справ,  $n = 312$  осіб). До початку педагогічного експерименту досліджувані поліцейські та майбутні офіцери експериментальної групи за рівнем фізичного розвитку (спеціальної фізичної підготовленості) достовірно не відрізнялися ( $P \geq 0,05$ ).*

*Розроблена членами науково-дослідної групи спеціальна вправа виконувалася досліджуваними експериментальної групи тричі на тиждень упродовж зазначеного етапу (у системі: професійної освіти майбутніх поліцейських; службової підготовки поліцейських різних категорій Харківського національного університету внутрішніх справ) відповідно до розкладу, а також під час форм фізичної підготовки.*

*У підсумку дослідження нами встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних поліцейських різних категорій та вікових груп (майбутніх офіцерів) експериментальної групи, зрости щодо вихідних даних, ці відмінності переважно достовірні (експериментальна група,  $P \leq 0,05$ ). Відповідно до отриманих результатів нами встановлено високу ефективність та функціональність експериментальної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» поліцейських різних категорій та вікових груп, майбутніх офіцерів-правоохоронців.*

**Ключові слова:** *апробація, вікові категорії, курсанти, поліцейські, методика, моделювання, нормативна база, спеціальна смуга перешкод, стандарти, фізична підготовка, функціональна підготовка.*

**Постановка проблеми.** У процесі виконання завдань за призначенням працівниками Національної поліції України можливе застосування заходів фізичного впливу (сили), спеціальних засобів і табельної вогнепальної зброї. Крім цього, під час службово-оперативної діяльності поліцейські можуть здійснювати переслідування правопорушників / злочинців як у пішому порядку, так і з використанням транспортних засобів. Зважаючи на вищезазначене, нині актуальним є формування готовності поліцейських різних вікових груп та категорій до виконання завдань за призначенням із використанням засобів фізичної та спеціальної фізичної підготовки. Крім цього, також важливі пошук та розроблення відповідних педагогічних методик (технологій), форм і методів, які сприятимуть формуванню в поліцейських різних категорій / майбутніх офіцерів стійких навичок застосування заходів фізичного впливу (сили) та забезпечать розвиток і удосконалення фізичних якостей.

Застосування поліцейських заходів нерідко відбувається в умовах значного психофізичного навантаження та подразнення вестибулярного апарату, в умовах стресу. Це вимагає більш комплексного підходу до тренування, розвитку та формування фізичних якостей (прикладних рухових навичок, психологічної стійкості) поліцейських різних категорій, які необхідні для виконання ними завдань за призначенням. З урахуванням власного досвіду підготовки кадрів для інституцій сектору безпеки й оборони України вважаємо, що впровадження у програму підготовки правоохоронців прикладної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» допоможе найбільш ефективно вирішити цю проблему, як альтернатива наявним формам тестування фізичних якостей / прикладних рухових навичок поліцейських різних категорій, передбачених відповідними відомчими керівними документами [1; 2]. Варто також підкреслити, що елементи зазначеної вище спеціальної вправи імітують відповідне психофізичне (стресове) навантаження в поліцейських різних категорій, що сприяє ефек-

тивному формуванню їхньої готовності до виконання завдань за призначенням у різних умовах службово-оперативної діяльності.

Беручи до уваги вищевикладене та вимоги сьогодення, натеper актуальна уніфікація (удосконалення) нормативної бази програм підготовки майбутніх офіцерів Національної поліції України (далі – НПУ) та програми службової підготовки поліцейських у напрямі їх тактичної та спеціальної фізичної підготовки. Включення у зміст фізичної та спеціальної фізичної підготовки поліцейських різних категорій та вікових груп нових вправ прикладної спрямованості забезпечить прискорене, стійке й ефективне формування в них професійних компетентностей, які необхідні для забезпечення правоохоронної діяльності в різних умовах службово-оперативної діяльності (далі – СОД). Зазначене вище підкреслює актуальність обраного напрямку наукової розвідки та практичну його складову частину.

Дослідження виконано відповідно до плану науково-дослідних робіт кафедри тактичної та спеціальної фізичної підготовки факультету № 2 Харківського національного університету внутрішніх справ (2020–2021 рр.).

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури / інтернет-джерел в обраному напрямі дозволив визначити низку науковців: К. Пантелєєва [3], В. Ясенчука [4], В. Шемчука, О. Хацаюка [5], А. Одерова, В. Климовича, Р. Підлетьчука, В. Добровольського, М. Корчагіна [6], О. Моргунова, О. Хацаюка [7] та інших теоретиків і практиків: Д. Грищенко, С. Лешеню, Ф. Попова, С. Романчука, Г. Сухораду, Ю. Фіногорова, А. Чуха, Ю. Чернявського, які у своїх працях висвітлили особливості розроблення (упровадження) стандартів, нормативів та інструкцій з організації фізичної підготовки представників інституцій сектору безпеки й оборони України.

Під час подальшого аналізу спеціальної науково-методичної літератури нашу увагу привернули роботи А. Забори, Є. Лозового, М. Боровика [8], О. Драпова [9], І. Лотоцького, І. Пилипчака,

І. Романіва, М. Островського, М. Полегейка [10], В. Шемчука [11], В. Кирпенка, В. Золочевського, А. Полтавця, Б. Смірнова, В. Откидача, М. Корчагіна [12], О. Моргунова, В. Колісніченка, О. Соколова, А. Кийка [13], інших учених і практиків, а саме: А. Болотіна, А. Литмановича, С. Марченка, І. Овчарука, Є. Свиная, у яких розкриваються актуальні питання впровадження в систему фізичної підготовки представників інституцій сектору безпеки й оборони України (далі – СБОУ) спеціальних смуг перешкод.

Зважаючи на результати моніторингу науково-методичної та спеціальної літератури, членами НДГ встановлено, що питанням упровадження в систему спеціальної фізичної підготовки працівників НПУ нових фізичних вправ, стандартів та відповідної нормативної бази, які забезпечують формування готовності поліцейських різних категорій та вікових груп до виконання завдань за призначенням у різних умовах СОД, а також визначення їхньої ефективності, безпеки та відповідного рівня функціональності присвячено не досить науково-методичних робіт, що потребує подальших наукових досліджень, підкреслює актуальність і практичну складову частину обраного напрямку наукової розвідки.

**Мета статті** – визначити ефективність та рівень функціональності експериментальної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» поліцейських різних категорій та вікових груп.

Для досягнення мети дослідження заплановано вирішити такі завдання:

- провести аналіз науково-методичної та спеціальної літератури / інтернет-ресурсів у напрямі розроблення стандартів, нормативів та інструкцій з організації фізичної підготовки представників інституцій СБОУ;
- здійснити моніторинг спеціальної науково-методичної літератури в напрямі впровадження в систему фізичної підготовки представників інституцій СБОУ спеціальних смуг перешкод;
- розробити умови виконання та нормативну базу з тестування фізичних якостей поліцейських різних категорій та вікових груп із використанням експериментальної спеціальної смуги перешкод;
- апробувати нормативи й умови виконання експериментальної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» поліцейських різних категорій та вікових груп, майбутніх офіцерів, у системі службової підготовки поліцейських, професійної освіти майбутніх офіцерів-правоохоронців.

З метою якісного відпрацювання завдань та досягнення головної мети дослідження було створено науково-дослідну групу (далі – НДГ), до складу якої були залучені провідні вчені та практики обраного напрямку наукової розвідки:

О. Моргунов, О. Хацаюк, О. Соколов, І. Ковальов, О. Бондарович, В. Оленченко.

Під час дослідно-експериментальної роботи членами НДГ були використані такі методи (на емпіричному та теоретичному рівнях дослідження): абстрагування, аналіз і синтез, індукція і дедукція, моделювання, математично-статистичні (кореляційного аналізу, факторного аналізу, шкалювання). Крім цього, було враховано власний досвід формування готовності представників інституцій СБОУ (майбутніх офіцерів-правоохоронців) до виконання завдань за призначенням із використанням засобів фізичної, спеціальної фізичної підготовки (тактичної підготовки), а також досвід бойових дій.

**Виклад основного матеріалу.** Емпіричне дослідження організовано у три етапи (вересень 2019 р. – квітень 2021 р.). На першому етапі дослідження (вересень – жовтень 2019 р.) створено науково-дослідну групу, а також проведено моніторинг науково-методичної та спеціальної літератури / інтернет-ресурсів, де розкриваються сутнісні характеристики з досліджуваної проблематики. Крім цього, нами сформульовано мету та визначені основні завдання дослідження, а також здійснено вибір раціональних, оптимальних і науково обґрунтованих методів дослідження.

Упродовж другого етапу дослідження (жовтень – грудень 2019 р.) відповідно до результатів попередніх досліджень [3; 5; 8] та з урахуванням власного багаторічного досвіду формування готовності майбутніх офіцерів НПУ (поліцейських різних категорій та вікових груп) до виконання завдань за призначенням із використанням засобів фізичної та спеціальної фізичної підготовки членами НДГ обґрунтовано доцільність, своєчасність та необхідність упровадження в систему спеціальної фізичної підготовки (далі – СФП) майбутніх офіцерів Національної поліції України (поліцейських різних категорій та вікових груп) нової прикладної вправи – «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей». Варто зауважити, що за основу запропонованої нами спеціальної прикладної вправи взято її прототип, розроблений для поліцейських Польщі [14].

Модернізована відповідно до сучасних вимог фізична вправа «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» призначена для розвитку й удосконалення фізичних якостей / функціональної підготовленості, а також перевірки рівня фізичної підготовленості поліцейських різних категорій та вікових груп, майбутніх офіцерів-правоохоронців. Загальна дистанція виконання вправи – 100 м. Форма одягу – спортивна. Спеціальна смуга перешкод складається з 8 елементів, поліцейський (курсант, кандидат на службу чи навчання) долає елементи смуги перешкод відповідно до визначеної послідовності (рис. 1).

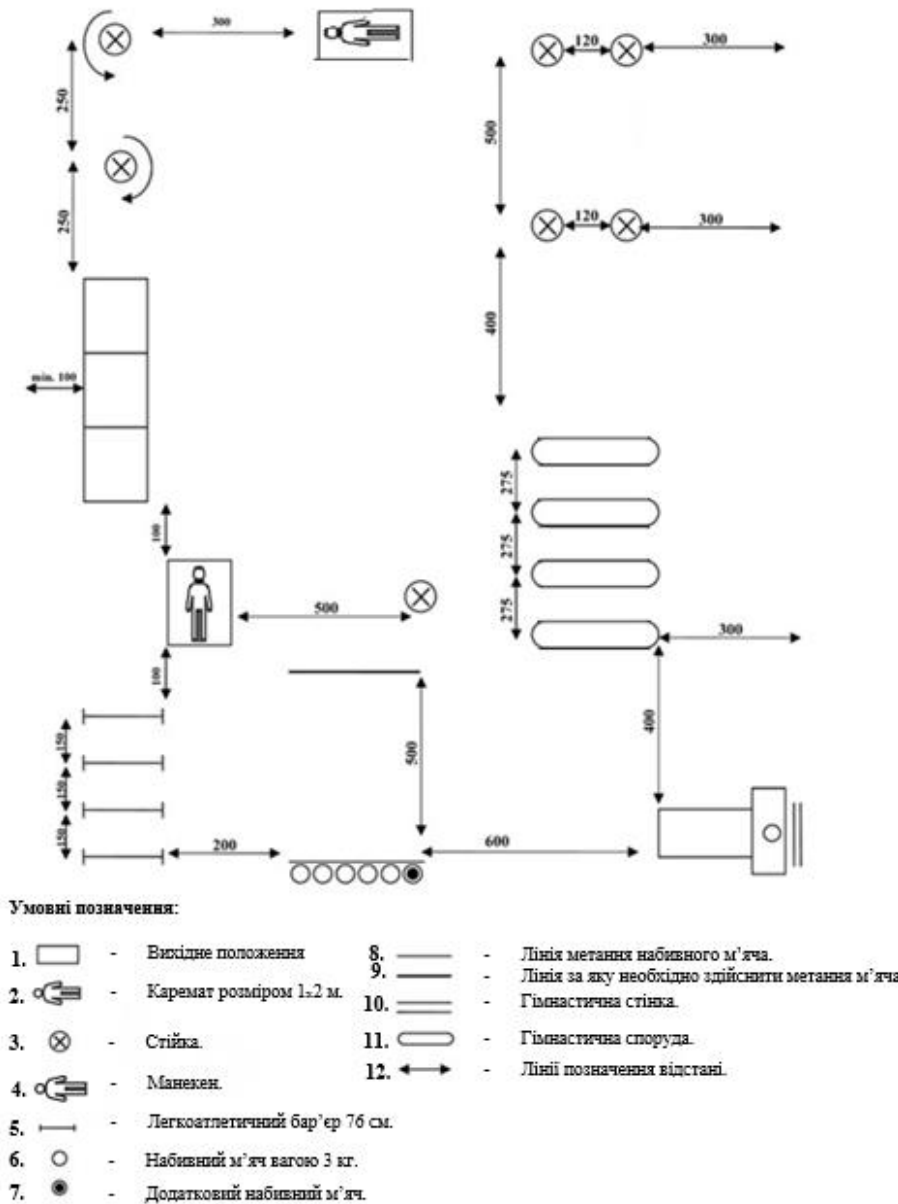


Рис. 1. Схематичне зображення послідовності проходження вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей»

Надалі нами розроблені умови та порядок виконання вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей», а саме: з вихідного положення «лежачи на животі, руки уздовж тулуба» за командою керівника заняття (того, хто перевіряє) «Руш!», або «Уперед!» розпочати біг на дистанції; подолати дві стійки, які розташовані на відстані одна від одної 2,5 м (першу стійку обігнати проти годинникової стрілки, другу за годинниковою стрілкою); надалі тричі перекинутися (спочатку вперед, потім спиною вперед, потім знов уперед); виконати переміщення манекена людини вагою 28 кг (довільним способом) на дистанцію 5 м, обігнути стійку та повернутись у зворотному напрямку (5 м) на визначене місце, покласти манекен (манекен не кидати) на початкове місце його розташування; надалі подолати чотири лег-

коатлетичні бар'єри висотою 76 см згорі довільним способом, без допомоги рук (перестрибнути, переступити); виконати метання двома руками із-за голови п'яти набивних м'ячів вагою 3 кг на дистанцію не менше 5 м (у разі необхідності надається можливість додаткового метання шостого м'яча); виконати піднімання тулуба з положення лежачи на спині в положення сидячи, утримуючи м'яч для кросфіту (слембол, медбол) вагою 2 кг у руках за головою (ноги зігнуті в колінних суглобах довільно та зафіксовані під поперечиною гімнастичної стінки або будь-яким іншим способом), під час виконання вправи м'яч повинен торкатись підлоги за головою і поперечини гімнастичної стінки (виконати 10 зарахованих повторень); подолати чотири гімнастичні споруди (перешкоди) зверху довільним способом з обов'язковим торканням

стопами ніг підлоги / робочої поверхні між спорудами; виконати човниковий біг 10 x 5 м (останній відрізок фінішний); фінішувати.

Виконання вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей поліцейських» не зараховується, якщо під час:

1) подолання першої перешкоди – порушено (змінено) напрямок бігу, допущено дотик (торкання), повалення контрольних стійок / фішок;

2) подолання другої перешкоди – порушено порядок виконання вправи або допущено вихід за межі килима / гімнастичних матів;

3) відпрацювання третього завдання – під час перенесення манекена допущено торкання будь-якою його частиною робочої поверхні або повалено огорожувальні / контрольні стійки / фішки; допущено необережне поводження з манекеном;

4) подолання четвертої перешкоди – допущено повалення бар'єра або здійснено торкання його рукою (руками);

5) відпрацювання п'ятого завдання – під час виконання метань допущено заступ за контрольну лінію, порушені вимоги виконання вправи (метання м'яча здійснюється будь-яким способом, не передбаченим умовами виконання вправи);

6) виконання шостого завдання – відсутнє торкання м'ячем поперечини гімнастичної стінки чи робочої поверхні за головою;

7) подолання сьомої перешкоди – допущено повалення гімнастичної споруди, відсутнє торкання обома ногами робочої поверхні між спорудами, допущено обхід (пропуск) перешкоди;

8) подолання восьмої перешкоди – не виконується заступ обома ногами за лінію розвороту, допускається повалення контрольних стійок / фішок.

Після розроблення умов та відповідної послідовності (алгоритм) виконання зазначеної вище вправи членами НДГ організовано педагогічний експеримент (третій етап дослідження, січень 2020 р. – квітень 2021 р.), який передбачав перевірку ефективності розробленої нами спеціальної вправи. Із цією метою було створено експериментальну групу (майбутні офіцери та постійний склад (атестовані працівники) Харківського національного університету внутрішніх справ (далі – ХНУВС),  $n = 312$  осіб). Варто зауважити, що всі учасники експерименту дали згоду на участь у дослідженні. Крім цього, з учасниками експериментальної групи (далі – Ег) ( $n = 312$  осіб) організовано ознайомлення, розучування й удосконалення розроблених нами умов виконання вправи. Наприкінці педагогічного експерименту з досліджуваними поліцейськими різних категорій та вікових груп (курсантами ХНУВС) Ег було організовано контрольну перевірку рівня фізичної підготовленості з використанням вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей».

Важливо підкреслити, що основним критерієм оцінювання розробленої нами прикладної фізичної вправи є мінімальний час її виконання з урахуванням необхідних вимог до неї, які не допускають порушення алгоритму її виконання та не порушують вимог (правил) попередження травматизму під час організації форм фізичної підготовки. Крім цього, необхідно відзначити, що до початку педагогічного експерименту досліджувані поліцейські та майбутні офіцери Ег за рівнем фізичного розвитку (спеціальної фізичної підготовленості) достовірно не відрізнялися ( $P \geq 0,05$ ).

Розроблена членами НДГ спеціальна вправа виконувалася досліджуваними Ег тричі на тиждень упродовж зазначеного етапу (у системі: професійної освіти майбутніх поліцейських; службової підготовки поліцейських різних категорій ХНУВС) відповідно до розкладу, а також під час форм фізичної підготовки.

Наприкінці дослідно-експериментальної роботи членами НДГ були отримані відповідні залежності між перемінними величинами виконання вправи на початку та наприкінці педагогічного експерименту досліджуваних поліцейських різних категорій та вікових груп (майбутніх офіцерів) Ег (рис. 2).

Визначення критеріїв оцінювання здійснено за 3-бальною шкалою, шляхом рівномірного розподілу отриманих результатів контрольного випробування вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» досліджуваними Ег наприкінці експерименту на три рівні оцінювання («відмінно», «добре», «задовільно»), використано метод експертного оцінювання. Крім цього, з метою визначення оціночних показників результатів виконання зазначеної вище спеціальної вправи членами НДГ було використано метод багатомірного кореляційного аналізу [15] (для якісної обробки отриманих числових даних нами використовувалися засоби аналізу даних, які вмонтовані у програму Microsoft Excel).

За результатами (часові показники) контрольного виконання вправи досліджуваними поліцейськими різних категорій та вікових груп Ег визначено, що коефіцієнт кореляції становить  $0,51 \pm 2,1$ . Отриманий за допомогою методів математичної статистики показник свідчить про достовірний зв'язок між значеннями отриманих результатів виконання розробленої нами вправи та значенням результатів контрольного її виконання наприкінці педагогічного експерименту. Зазначене вище свідчить про високу її ефективність, яка забезпечує якісне та надійне виконання поліцейськими різних категорій та вікових груп (майбутніми офіцерами-правоохоронцями) завдань за призначенням у різних умовах СОД. Крім цього, відповідно до отриманого коефіцієнта кореляції між показниками результатів вико-

нання запропонованої членами НДГ вправи на початку експерименту та показниками результатів контрольного виконання вправи наприкінці дослідження (склав  $0,51 \pm 2,1$ ) доцільним є розроблення нормативної бази, яка забезпечує

формування прикладних навичок / професійних компетентностей у майбутніх офіцерів НПУ (поліцейських різних категорій та вікових груп), необхідних для виконання завдань за призначенням у різних умовах СОД (табл. 1, 2).

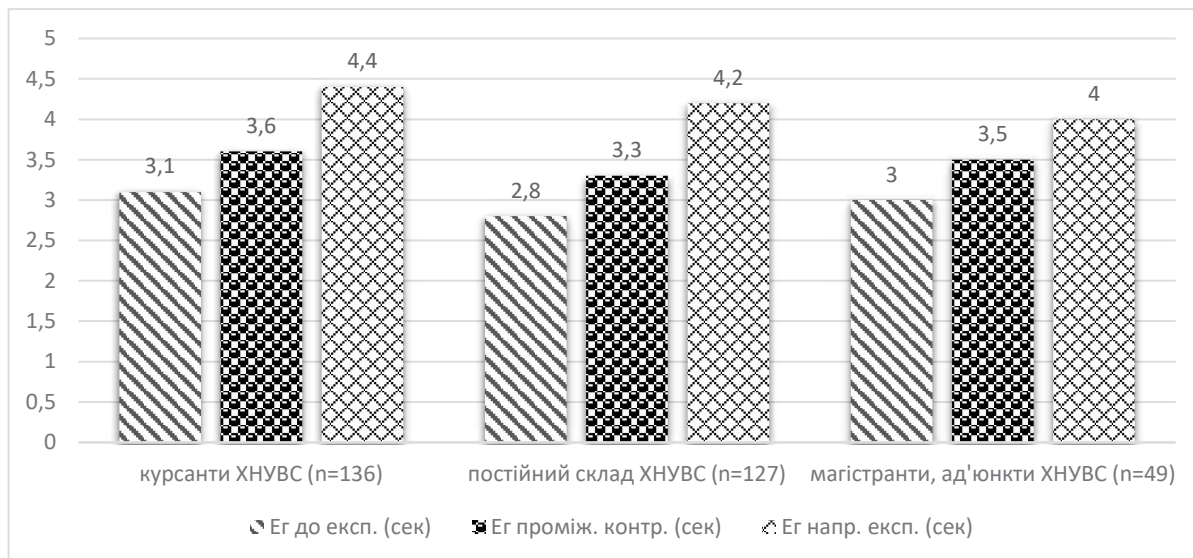


Рис. 2. Результати контрольного виконання вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» досліджуванними Ег (n = 312 осіб) на початку та наприкінці педагогічного експерименту

Таблиця 1

### Нормативи виконання вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей»

Вимоги щодо рівня фізичної підготовленості працівників поліції, які заміщують вакантні посади у ЗВО МВС України зі специфічними умовами навчання, які готують кадри для НПУ														
чоловіки (хвилини, секунди)														
вікова категорія до 25 р.			вікова категорія 26–30 рр.			вікова категорія 31–35 рр.			вікова категорія 36–40 рр.			вікова категорія 41–45 рр.		
«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1,25	1,30	1,35	1,30	1,35	1,40	1,35	1,40	1,45	1,40	1,45	1,50	1,45	1,50	1,55
жінки (хвилин, секунди)														
вікова категорія до 25 р.			вікова категорія 26–30 рр.			вікова категорія 31–35 рр.			вікова категорія 36–40 рр.			вікова категорія 41–45 рр.		
«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1,40	1,45	1,50	1,45	1,50	1,55	1,50	1,55	2,00	виконується заміна вправи (вправа біг на 1 км)					
Вимоги щодо рівня фізичної підготовленості працівників поліції (магістранти, ад'юнкти) ЗВО МВС України зі специфічними умовами навчання, які готують кадри для НПУ														
чоловіки (хвилини, секунди)						жінки (хвилини, секунди)								
вікова категорія до 25 р.			вікова категорія 26–30 рр.			вікова категорія до 25 р.			вікова категорія 26–30 рр.					
«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1,25	1,30	1,35	1,30	1,35	1,40	1,40	1,45	1,50	1,45	1,50	1,55	1,45	1,50	1,55

Таблиця 2

### Нормативи виконання вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» (для курсантів)

Вимоги щодо рівня фізичної підготовленості майбутніх офіцерів НПУ						
Роки навчання	чоловіки			жінки		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
1 рік навчання	1,30	1,35	1,40	1,45	1,50	1,55
2 рік навчання	1,25	1,30	1,35	1,40	1,45	1,50
3–4 роки навчання	1,20	1,25	1,30	1,35	1,40	1,45

Отже, нами встановлено, що результати, отримані наприкінці педагогічного експерименту в досліджуваних поліцейських різних категорій та вікових груп (майбутніх офіцерів) Ег, зросли щодо вихідних даних, і ці відмінності переважно є достовірні (Ег,  $P \leq 0,05$ ). Отже, мета дослідження досягнута, а завдання – виконані.

**Висновки і пропозиції.** У результаті емпіричного дослідження членами науково-дослідної групи розроблено й апробовано сучасну нормативну базу з фізичної підготовки майбутніх офіцерів та поліцейських різних категорій. Відповідно до отриманих результатів нами встановлено високу ефективність та функціональність експериментальної вправи «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» поліцейських різних категорій та вікових груп.

Систематичне тренування на запропонованій нами спеціальній смузі перешкод сприяло підвищенню індивідуального рівня фізичної підготовленості досліджуваних поліцейських Ег, що позитивно вплинуло на їхні підсумкові оцінки за відповідні звітні періоди. Крім цього, також підвищилися показники психофізичної готовності / стресостійкості досліджуваних Ег до виконання завдань за призначенням, що виражається в підвищенні показників / результатів контрольного виконання квестових (ситуативні) завдань у змодельованих ситуаціях службово-оперативної діяльності.

З огляду на той факт, що рівень фізичної підготовленості досліджуваних поліцейських Ег підвищився (інтегральний показник сформованості професійних компетентностей), доцільним є висновок, що розроблена нами прикладна вправа «Спеціальна смуга перешкод з тестування фізичних якостей» забезпечує готовність майбутніх офіцерів НПУ (поліцейських різних категорій та вікових груп) до виконання завдань за призначенням.

Членами НДГ пропонується впровадити отримані результати в систему службової підготовки поліцейських різних категорій та вікових груп (освітній процес майбутніх офіцерів НПУ). Перспективи подальших досліджень в обраному напрямі наукової розвідки передбачають розроблення проекту майбутньої «Інструкції з організації фізичної підготовки в закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання, які готують кадри для Національної поліції України».

#### Список використаної літератури:

1. Про затвердження Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ Міністра внутрішніх справ України від 26 січня 2016 р. № 50. *Верховна Рада України*. 2016. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0260-16#n17> (дата звернення: 14.04.2021).
2. Про затвердження Змін до Положення про організацію службової підготовки працівників Національної поліції України : наказ Міністра внутрішніх справ України від 21 січня 2020 р. № 51. *Верховна Рада України*. 2020. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0326-20#Text> (дата звернення: 14.04.2021).
3. Пантелєєв К. Методичні аспекти фізичної підготовки військовослужбовців країн НАТО та вдосконалення системи фізичної підготовки персоналу державної прикордонної служби України. *Збірник наукових праць Національної академії Державної прикордонної служби України імені Богдана Хмельницького. Серія «Педагогічні науки»*. Хмельницький, 2016. № 1 (3). С. 115–126.
4. Ясенчук В. Фізична підготовка військовослужбовців ССО в умовах українсько-російського протистояння. *Педагогіка*. Переяслав-Хмельницький, 2018. Вип. 40 (2). С. 143–154.
5. Шемчук В., Хацаюк О. Обґрунтування нормативних основ Настанови з фізичної підготовки у Збройних силах України. 2020. Vol. 1. DOI: 10.36074/i-ndpvnprsd.ed-1.01.
6. Одеров А., Климович В., Підлейтечук Р.В., Добровольський В.Б., Корчагін М.В. Особливості організації та змістове наповнення систем фізичної підготовки у Збройних Силах держав-членів НАТО та України / А. Одеров та ін. *Український журнал медицини, біології та спорту*. Миколаїв, 2020. № 2 (Т. 5). С. 271–282.
7. Моргунов О., Хацаюк О. Удосконалення нормативної бази навчальної дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» майбутніх офіцерів Національної поліції України та поліцейських різних категорій. *Сучасні технології в галузі фізичного виховання, спорту, фізичної терапії та ерготерапії*. 2021. Вип. 11. С. 227–240.
8. Забора А., Лозовий Є., Боровик М. Подолання єдиної смуги перешкод : методичні рекомендації. Харків : ХНУВС, 2014. 48 с.
9. Драпов О. Техническая подготовка на полосе препятствий. *Проблеми формування й удосконалення спортивно-технічної майстерності*. Чернівці, 2016. № 139. Т. 2. С. 226–228.
10. Удосконалення процесу підготовки військових п'ятиборців з використанням специфічних тренувальних засобів / І. Лотоцький та ін. *Спортивна наука України*. 2017. № 6 (82). С. 18–26.
11. Шемчук В. Концептуальні засади формування готовності майбутніх офіцерів інституцій сектору безпеки і оборони України до виконання завдань за призначенням в екстремальних умовах службово-бойової діяльності. 2020. Vol. 2. URL: <https://file:///C:/Users/User/Downloads/9209->

- Article%20Text-16945-1-10-20210227%20(1).pdf (дата звернення: 24.03.2021).
12. Подолання перешкод: смуга перешкод CISM : навчально-методичний посібник / В. Кирпенко та ін. Харків : ХНУПС, 2020. 104 с.
13. Спеціальна смуга перешкод (КОРД) : методичні рекомендації / О. Моргунов та ін. Харків : ХНУПС, 2020. 34 с.
14. Test sprawnosci fizycznej (Poland). 2021. URL: [https://praca.policja.pl/pw-p/rekrutacja/38731\\_Test-sprawnosci-fizycznej.html](https://praca.policja.pl/pw-p/rekrutacja/38731_Test-sprawnosci-fizycznej.html) (дата звернення: 20.04.2021).
15. Кадыров Р., Михаил И. Моделирование объема и интенсивности нагрузки в процессе физической тренировки. *Теория и практика физической культуры*. 2016. № 8. С. 72–74.

**Morhunov O., Khatsaiuk O., Sokolov O., Bondarovich O., Olenchenko V. Development of modern standards for a comprehensive inspection of the individual level of physical readiness of police officers of different categories and age groups**

*Today it is important to modernize the regulatory framework for training programs for future officers of the National Police of Ukraine and training programs for police officers in the direction of their tactical and special physical training. Inclusion in the content of physical and special physical training of police officers of different categories and age groups of new exercises of applied orientation will provide accelerated, stable and effective formation of professional competencies that are necessary to ensure law enforcement in various conditions of service and operational activities. The above emphasizes the relevance of the chosen area of scientific research and its practical component.*

*The main purpose of the researching is to determine the effectiveness and level of functionality of the experimental exercise "Special obstacle course for testing the physical qualities of police officers of different categories and age groups".*

*The empirical researching is organized in three stages. At the first stage of the research, a research group was created, as well as a monitoring of scientific-methodical and special literature (Internet resources) was carried out, in which the essential characteristics of the researched issues are revealed.*

*During the second stage of the researching, in accordance with the results of previous studies and considering our own many years of experience in forming the readiness of police officers of different categories and age groups to perform tasks using physical and special physical training, we justified the introduction of special physical training of police officers of different categories and ages groups of applied physical exercise "Special obstacle course for testing the physical qualities of police officers".*

*After developing the conditions and the corresponding sequence of the above exercise, we organized a pedagogical experiment (the third stage of the researching), which involved testing the effectiveness of the developed experimental exercise. For this purpose, an experimental group was created (future officers and permanent staff of Kharkiv National University of Internal Affairs,  $n = 312$  people). Prior to the beginning of the pedagogical experiment, the studied police and future Eg officers did not differ significantly in the level of physical development (special physical readiness) ( $P \geq 0,05$ ).*

*The special exercise developed by us was performed by the subjects three times a week during this stage (in the system: professional education of future police officers; training of police officers of different categories of Kharkiv National University of Internal Affairs) according to the schedule and forms of physical training.*

*Summarizing the results of the study, we found that the results obtained at the end of the pedagogical experiment in the studied police officers of different categories and age groups (future officers) Eg, increased relative to the original data, and these differences are mostly significant (Eg,  $P \leq 0,05$ ). According to the obtained results, we have established high efficiency and functionality of the experimental exercise "Special obstacle course for testing physical qualities" of police officers of different categories and age groups (future law enforcement officers).*

**Key words:** *approbation, age categories, cadets, police, methods, modeling, normative base, special obstacle course, standards, physical training, functional training.*