

# ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ

## ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНІ ЗАСАДИ УДОСКОНАЛЕННЯ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ЗВО ЗІ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ



*Кошелева Олена, Великий Юрій*  
Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту

**DOI:10.32540/2071-1476-2024-3-033**

### **Annotation**

**Introduction.** The preparation of students of higher education for future professional activities is a system of organizational and pedagogical measures aimed at the formation and improvement of professionally important qualities, skills, and abilities necessary for successful work in the chosen specialty. Researchers have repeatedly drawn attention to the fact that graduates of higher education institutions do not reach the required level of psychophysical readiness for the future profession. Such a situation requires finding ways to increase the effectiveness of psychophysical training of future specialists. At the same time, the issue of improving the psychophysical training of cadets of higher education institutions with specific learning conditions is particularly acute, since their professional activity is often associated with a risk to health and life, and requires a high level of physical conditions, the development of mental qualities necessary for high-quality performance of tasks as assigned.

**The purpose of the study** research is to develop and scientifically substantiate the organizational and methodological principles of improving the psychophysical training of the cadets of higher education institutions with specific training conditions, which carry out the training of police officers.

**Research materials and methods.** 120 cadets of the Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs took part in the study. During the research, the following methods were used: analysis and generalization of scientific and methodological literature and documentary materials, pedagogical observation, sociological methods (surveys, questionnaires).

**The results of the study** show that the factors that reduce the effectiveness of psychophysical training of cadets of higher education institutions with specific learning conditions are: long duration of the school day, increase in the number of hours students spend at the desk, high emotional stress; the use of authoritarian teaching methods; lack of individual approach. To solve this problem, we suggest taking into account the individual and typological features of the higher nervous activity of the students when choosing means, methods of physical education, and determining the amount of physical exertion.

**Conclusions:** taking into account the individual and psychological characteristics of cadets in the process of psychophysical training will contribute to increasing the effectiveness of all forms of classroom and extracurricular activities, the cognitive activity of future police officers, and the formation of their motivation for physical and mental self-improvement.

**Keywords:** psychophysical training, cadets, institutions of higher education, specific study conditions.

### Анотація

**Вступ.** Психофізична підготовка здобувачів вищої освіти до майбутньої професійної діяльності являє собою систему організаційно-педагогічних заходів, спрямованих на формування і вдосконалення професійно важливих якостей, навиків, умінь, необхідних для успішної праці за обраною спеціальністю. Дослідники неодноразово звертали увагу на те, що випускники ЗВО не досягають необхідного рівня психофізичної готовності до майбутньої професії. Така ситуація потребує пошуку шляхів підвищення ефективності психофізичної підготовки майбутніх фахівців. При цьому, особливо гостро стоїть питання щодо удосконалення психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання, оскільки їх професійна діяльність часто пов'язана із ризиком для здоров'я та життя і потребує високого рівня фізичних кондицій, розвитку психічних якостей, необхідних для виконання завдань за призначенням.

**Мета дослідження** – науково обґрунтувати організаційно-методичні засади удосконалення психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських.

**Матеріали і методи дослідження.** У дослідженні взяли участь 120 курсантів Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ. У ході дослідження використовувались наступні методи: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та документальних матеріалів, педагогічне спостереження, соціологічні методи (опитування, анкетування).

**Результати дослідження** свідчать, що факторами, які знижують ефективність психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання є: велика тривалість навчального дня, збільшення обсягу годин перебування здобувачів за партою, високе емоційне напруження; застосування авторитарних методів викладання; відсутність індивідуального підходу. Для вирішення зазначеної проблеми ми пропонуємо враховувати індивідуально-типологічні особливості вищої нервової діяльності здобувачів при виборі засобів, методів фізичного виховання, форм організації занять, визначенні величини фізичних навантажень.

**Висновки:** врахування індивідуально-психологічних особливостей курсантів у процесі психофізичної підготовки сприятиме підвищенню ефективності усіх форм аудиторних та позанавчальних занять, пізнавальної активності майбутніх поліцейських, формуванню в них мотивації до фізичного та психічного самовдосконалення.

**Ключові слова:** психофізична підготовка, курсанти, заклади вищої освіти, специфічні умови навчання.

**Вступ.** Реформування сучасної правоохоронної системи України зумовило проведення цілісного комплексу заходів, спрямованих на побудову дієвого механізму захисту прав, свобод та законних інтересів громадян. Умови сьогодення вимагають забезпечити потреби держави у кваліфікованих кадрах високого рівня професіоналізму та культури, здатних компетентно і відповідально виконувати свої функції. Крім цього, сучасна поліція повинна діяти в умовах гласності, жорстокого контролю з боку виконавчих органів, судів, прокуратури, адвокатури, громадськості, спеціальних агентств.

В ч. 1 статті 72 Закону України «Про Національну поліцію» (2015), встановлено систему професійного навчання, відповідно до якої кадри для поліції готуються на курсах первинної професійної підготовки та у закладах ви-

щої освіти (ЗВО) із специфічними умовами навчання. Підготовка фахівців у таких ЗВО спрямована на отримання систематизованих знань, умінь, практичних навичок, способів мислення, професійних морально-етичних цінностей, спеціальних компетентностей, світоглядних та громадянських якостей, що забезпечує готовність до виконання професійних обов'язків. Важливе місце в цьому процесі відводиться фізичній та психологічній підготовці курсантів, які повинні сприяти підвищенню психологічної стійкості, надійності та готовності майбутніх поліцейських.

Слід зазначити, що підготовка фахівців до майбутньої професії традиційно розглядається як система організаційно-педагогічних заходів, спрямованих на формування і вдосконалення професійно-важливих якостей, навиків, умінь, знань, які мають суттєве

значення для успішної праці за обраною спеціальністю [2, 18]. Прихильники цієї системи (Т.Ю. Круцевич, (2016); Л.П. Пилипей, (2017); О.А. Трубенко, Т.В. Бадрак, Н.О. Гордієнко, В.В. Шевченко, (2020); Є.О. Карабанов, (2021) та інші) відзначають, що професійно-прикладна фізична підготовка дозволяє молодим спеціалістам з успіхом набувати навичок професійної діяльності.

Водночас Н.В. Москаленко, В.В. Пічурін, (2018), О.А. Моргунов, О.А. Ярещенко, (2020), Т.Ю. Круцевич, В.П. Семененко, М.В. Підпригора, (2021) та інші звертають увагу на той факт, що на теперішній час недостатньо враховується значний потенціал фізичного виховання у підвищенні психофізичної підготовленості здобувачів вищої освіти, що передбачає формування низки професійно значущих рис особистості, психічних і фізичних якостей. Між

тим, саме від рівня розвитку цих характеристик особистості багато в чому залежить результативність виконання майбутніми фахівцями професійних функцій.

Багато дослідників (К.В. Пронтенко, 2017; О.В. Хацаюк, В.В. Любич, Р.І. Оленченко, М.О. Боровик, 2019; Н. Москаленко, В. Откидач, М. Корчагін, Т. Хліманцов, Є. Куришко, В.Г. Грибан, В.Л. Мельников, В.В. Пічурін, С.В. Гоманюк, 2020, акцентують увагу на тому, що випускники ЗВО не досягають необхідного рівня психофізичної готовності до майбутньої професії. Критичний аналіз сучасних досліджень свідчить, що останнім часом істотно розширено і поглиблено знання про закономірності психічної регуляції, психофізичних характеристик особистості, які впливають на успішність трудової діяльності. На важливість зміни концепції підготовки фахівців правоохоронної сфери, підвищення ступеня їх професійної придатності, звертали увагу дослідники В.П. Вербовий (2016), Е.А. Єременко, О.О. Старчук, В.О. Волошин, О.П. Бондарович (2020), В.В. Колесніков, М.Г. Каліжний (2021).

Із урахуванням напрацювань та рекомендацій науковців психологічна і психофізична підготовка вже активно практикується у Збройних силах України. Позитивна залежність успішності професійної діяльності військовослужбовців від рівня психофізіологічних якостей підтверджена в роботах О.М. Ольхового (2013), М.В. Кузнецова, М.О. Єни, В.М. Афоніна (2017), Є. Карабанова, А. Проценко, І. Белікова, (2020), М.В. Корчагіна (2022), В.С. Откидача (2023), С.В. Романчука (2024). Психофізичними вправами тут називають такі вправи, які тренують одночасно як психічні, так і фізичні здібності військовослужбовця.

Враховуючи потребу у підготовці кваліфікованого персоналу,

в 2019 році у Національній поліції України змінено систему психологічного забезпечення, яка повинна сприяти збереженню фізичного та психічного здоров'я правоохоронців, підвищенню їх психологічної стійкості та надійності.

У вищевказаних дослідженнях психофізична готовність здобувачів вищої освіти розглядається як підсистема загальної системи професійної придатності особистості, що характеризує її з позиції рівня розвитку професійно значущих психофізичних і психологічних складових. Однак, в окресленій сфері не приділено достатньої уваги удосконаленню психофізичної підготовки курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських, що обумовило актуальність нашого дослідження.

**Мета дослідження** – науково обґрунтувати організаційно-методичні засади удосконалення психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських.

**Матеріали і методи дослідження.** Дослідження проводились у Придніпровській державній академії фізичної культури і спорту та Дніпропетровському державному університеті внутрішніх справ (ДДУВС). В дослідженні взяли участь 120 курсантів першого та другого курсів ДДУВС, які навчаються за спеціальністю Право. Всі учасники були поінформовані про мету дослідження, запевнені в анонімності відповідей та надали згоду на його проведення.

У ході дослідження використовувались наступні методи: аналіз та узагальнення науково-методичної літератури та документальних матеріалів, педагогічне спостереження, соціологічні методи (опитування, анкетування).

**Результати дослідження.** Узагальнюючи результати проведених досліджень [4, 7, 17], ми

звертаємо увагу на існуючі протиріччя: з одного боку, Законом України «Про Національну поліцію» розширено повноваження поліцейських (ст. 23, 24), що висуває високі вимоги до розвитку рухових якостей та формування спеціальних рухових вмінь на навиків курсантів; з іншого, – в ЗВО в останні роки практичні дисципліни (спеціальна фізична, тактика-спеціальна, вогнева підготовка) віднесено до вибіркового компонентів освітньо-професійних програм (ОПП) підготовки здобувачів, скасовано практику проведення обов'язкових щоденних занять з фізичної підготовки курсантів.

Зазначені обставини можуть призводити до зниження фізичних кондицій курсантів на старших курсах [4, 17] та негативно впливати на якість формування умінь і навичок, необхідних випускникам ЗВО МВС України в майбутній професії.

Професійно-прикладна фізична підготовка курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських, традиційно забезпечується навчальними дисциплінами «Спеціальна фізична підготовка», «Тактико-спеціальна підготовка» та «Вогнева підготовка». Фахівці зазначають, що лише комплексне використання засобів зазначених освітніх компонентів, реалізація міжпредметних зв'язків може забезпечити формування професійно-прикладних вмінь і навичок, розвиток професійно значущих фізичних і психічних якостей майбутніх поліцейських. Аналіз змісту освітніх програм ДДУВС «Право (поліцейські)» зі спеціальністю 081 Право [13], а також результати власних педагогічних спостережень свідчать, що на заняттях зі спеціальної фізичної підготовки переважно використовуються засоби, орієнтовані на розвиток у курсантів сили, швидкості; формування ударної, кидкової техніки, технік затримання

і звільнення від захватів. Треба зазначити, що вчений О.О. Юрьєв акцентував увагу на тому, що «важкоатлети стріляють, як правило, погано і з великими труднощами досягають більш менш задовільних результатів». При доборі засобів загальної фізичної підготовки для стрільців вчений рекомендував «уникати видів спорту (важка атлетика, снарядова гімнастика), які є антагоністами до стрільби» [20].

Таким чином, можна стверджувати, що використання великого обсягу силових вправ може негативно впливати на ефективність стрільби, що, в свою чергу, доцільно враховувати при складанні розкладу та організації практичних занять з курсантами. Тому дуже важливим є визначення раціонального співвідношення засобів фізичного виховання різної переважної спрямованості протягом навчання в ЗВО, врахування можливостей негативного перенесення рухових умінь, навичок та фізичних якостей для забезпечення високої ефективності навчального процесу з усіх освітніх компонентів і, зокрема з дисципліни «Вогнева підготовка», яка традиційно є однією з найбільш складних для курсантів.

На теперішній час ситуація ускладнюється тим, що, як свідчить аналіз робочих початкових програм з дисципліни «Вогнева підготовка», в останні роки збільшено обсяги годин на самостійну і індивідуальну роботи курсантів, за рахунок скорочення практичних аудиторних занять; упродовж навчання обсяг годин із зазначеної дисципліни поступово зменшується на старших курсах: із 120 годин (на I курсі) до 60 (на IV курсі). За результатами анкетного опитування 68% здобувачів ЗВО зазначили, що найбільшу складність для них представляють саме заняття з дисципліни «Вогнева підготовка», а 72% курсантів вказали, що відчують потребу в додаткових заняттях та бажали

б займатися в секції зі стрільби в позанавчальний час для удосконалення навичок в поводженні та застосуванні вогнепальної зброї;

Все це обумовлює необхідність удосконалення навчального процесу з дисциплін, що забезпечують психофізичну підготовку курсантів, пошуку засобів, методів, методичних підходів і форм організації занять, які б могли забезпечити високу ефективність навчання навіть за умов скорочення аудиторних занять.

Для визначення шляхів удосконалення психофізичної підготовки майбутніх поліцейських, підвищення якості формування в них необхідних умінь і навичок, ми запропонували курсантам визначити фактори, які, на їх думку, знижують ефективність освітнього процесу в ЗВО. В анкетуванні взяли участь 120 курсантів 1 і 2 курсів, які проходять навчання в ДДУВС за спеціальністю «Право». Аналіз отриманих відповідей, показав, що, на думку курсантів, такими факторами є те, що навчальне навантаження протягом тижня розподіляється нерівномірно (в деякі дні кількість навчальних занять досягає 5 парта, з урахуванням часу, що витрачається на самопідгодовку, тривалість навчального дня становить 10-12 годин); навчання орієнтовано на опанування великого обсягу інформації в стислі терміни, характеризується збільшенням часу перебування здобувачів за партою, підвищеним емоційним напруженням; застосуванням авторитарних методів викладання; не враховує в освітньому процесі фізичні кондиції і індивідуально-психологічні особливості здобувачів, їхні мотиваційні пріоритети у виборі оздоровчої рухової активності та засобів фізичного виховання.

Тому, на наш погляд, удосконалення психофізичної підготовки майбутніх поліцейських, доцільно здійснювати, перш за все, за принципом «курсантоцентрова-

ного підходу», у відповідності до якого курсант з його особистісними потребами, особливостями психофізіологічного стану знаходиться у центрі уваги педагогів, а науково-педагогічному працівнику (НПП) відводиться роль тьютера, який організовує проведення занять, визначає доцільність застосування в освітньому процесі необхідних методів і засобів фізичного виховання, стимулює активність здобувачів та вживає заходів щодо покращення їхнього психофізичного стану. Головна мета впровадження принципу «курсантоцентричності» – зробити курсантів суб'єктами навчального процесу, підвищити їх активність у досягненні особистих та навчальних цілей.

З метою підвищення ефективності психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання, які здійснюють підготовку поліцейських, нами запропоновано враховувати індивідуально-типологічні особливості вищої нервової діяльності курсантів при виборі засобів і методів фізичного виховання під час організації аудиторних та позанавчальних занять професійно-прикладної спрямованості (рис.1).

Доцільність врахування особливостей вищої нервової діяльності курсантів у процесі психофізичної підготовки обумовлюється тим, що вони проявляються в різній швидкості реакцій, порогах чутливості, властивостях уваги, пам'яті, спостережливості, кмітливості, інтересах. Так, наприклад, сангвініку властиві висока нервово-психічна активність, різноманітність міміки і рухів, емоційність, вразливість, лабільність. Холеріку – високий рівень нервово-психічної активності, активність дій, різкість, поривчастість рухів, сильна імпульсивність, яскравість емоційних переживань. Флегматик характеризується порівняно низьким рівнем активності поведінки, ускладненням переключення, повільністю, спо-

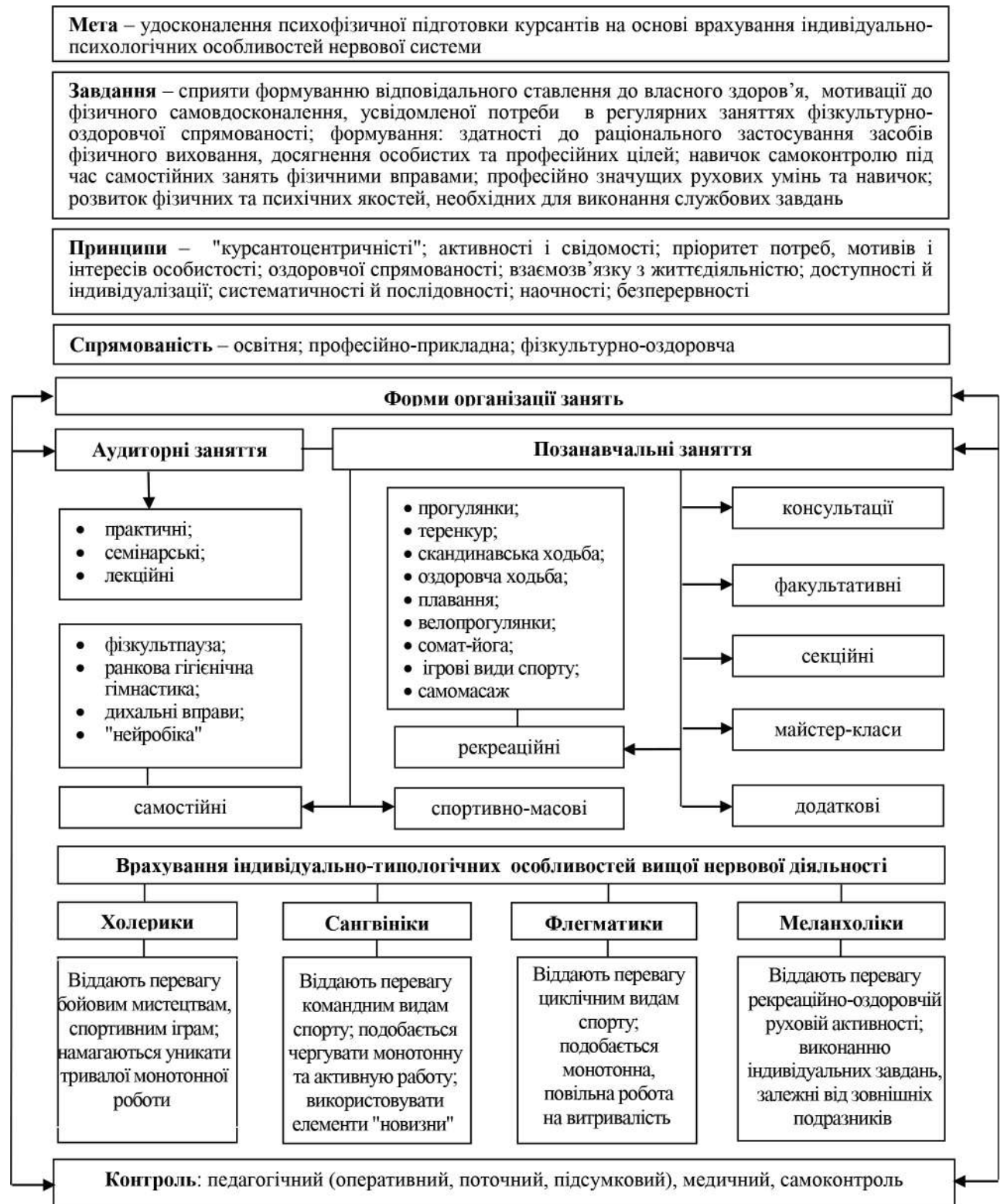


Рис 1. Організація психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання на основі врахування індивідуально-типологічних особливостей вищої нервової діяльності

кійністю дій, міміки, мовлення, постійними і глибокими почуттями та настроями. Меланхоліку властиві низький рівень нерво-психічної активності, стрима-

ність, приглушеність моторики та мовлення, значна емоційна реактивність, глибина і стійкість почуттів, але слабка їх зовнішня вираженість [2, 9].

Курсанти із різними типами темпераменту, відрізняються за рівнем дратівливості, швидкості реагування, термінами виконання завдань і сприйняття інфор-

мації. Тому педагогам доречно враховувати індивідуально-психологічні властивості курсантів під час проведення занять. Знання властивостей темпераменту курсантів дозволить педагогам зрозуміти особливості їхньої поведінки; прогнозувати результати діяльності; варіювати методи виховних впливів; підвищити ефективність мотиваційних заходів (заохочення, психологічне навіювання, психологічне стримування, підбурювання та ін.) та результативність практичних занять.

Слід зазначити, що розвиток «психічної сфери» курсантів, які навчаються за спеціальністю «Право», має велике значення не тільки під час навчання в ЗВО, а і в службовій діяльності. Зокрема, недостатній рівень психічної підготовленості поліцейських, їх емоційної стійкості, здатності швидко та адекватно оцінювати ступінь небезпеки у різних службових ситуаціях, може призводити до гучних резонансних подій в суспільстві при неправомірному застосуванні або використанні вогнепальної зброї [19].

Тому ми пропонуємо враховувати індивідуально-типологічні особливості вищої нервової діяльності курсантів в процесі психофізичної підготовки. Так, при проведенні групових та індивідуальних занять з вогневої і фізичної підготовки в позанавчальний час з курсантами, темперамент яких характеризується неврівноваженістю (холерики, меланхоліки) доцільно застосовувати засоби та методи, спрямовані на зниження психологічного напруження та досягнення ними психічної рівноваги. З курсантами, які мають сильний та врівноважений тип вищої нервової діяльності (сангвініками, флегматиками) акцент навчання повинен бути спрямованим на встановлення зворотного зв'язку і комунікацію з ними.

Використання зазначених підходів дозволить зменшити час на відпрацювання практичних вправ

з вогнепальною зброєю; поліпшити психоемоційний стан курсантів; збільшити час на проведення аналізу якості виконання ними технічних дій зі зброєю.

Курсантів з числа сангвініків, доречно залучати в якості помічників при організації роботи в малих групах; призначати капітанами команд в підгрупах при застосуванні вправ зі змагальним методом.

Курсантам з числа флегматиків необхідно збільшувати час для проведення розминки; їх доречно ставити в останні зміни перед виконанням залікових вправ. Для зменшення психоемоційного напруження з ними доречно виконувати вправи з довготривалим повторенням рухів в повільному темпі.

При розучуванні нової рухової дії з курсантами з числа холериків доречно застосовувати метод розчленованої вправи, із своєчасним виправленням помилок. Зазначеній категорії курсантів подобається виконання динамічних вправ, які легко засвоюються, з елементами «новизни» та змагального характеру. При проведенні заліку їм доречно одразу надавати спробу для реалізації своїх можливостей. Для зменшення психоемоційного напруження з ними можна рекомендувати дихальні вправи; рухові вправи в повільному темпі; використовувати підбадьорювання, ретельно підбирати необхідні слова.

Організація роботи з курсантами, із числа меланхоліків потребує постійного контролю та витримки. Розучування нових рухових дій з ними буде ефективнішим, якщо здійснювати демонстрацію цих дій на особистому прикладі. У зазначеній категорії курсантів розвинена спостережливість, інтуїція, їм подобаються виконання вправ на точність, без обмеження часу, вони можуть буди корисними під час розбору рухової дії з іншими курсантами. Під час виконання залікових вправ їх дореч-

но ставити в передостанні зміни. Для зниження психоемоційного напруження з ними доцільно виконувати рухові вправи в повільному темпі та дихальні вправи.

В якості засобів фізичного виховання, які повинні сприяти зміцненню здоров'я, забезпечити гармонійний фізичний розвиток, досягнення належного рівня психофізичної підготовленості курсантів, ми пропонуємо застосовувати засоби легкої атлетики, ігрові види спорту (міні-футбол, баскетбол, волейбол), бойові мистецтва; в якості допоміжних засобів можна рекомендувати виконання вправ із соматікс-йоги в повільному темпі, з тренуванням концентрації і стійкості уваги, техніки діафрагмального дихання; теренкур; скандинавську ходьбу; плавання, оздоровчу ходьбу, велопогулянки.

Для досягнення належного рівня рухової активності курсантів доцільно комплексно застосовувати наступні форми організації занять: аудиторні; позанавчальні: факультативні; консультації; секційні (бойові мистецтва, дзюдо, бокс, фрі-файт); додаткові (під час сигналів «Повітряна тривога» в обладнаних бомбосховищах); спортивно-масові (згідно календарного плану); майстер-класи (із залученням працівників спецпідрозділів Головного управління Національної поліції (ГУНП) в Дніпропетровській області); самостійні (фізкультурні паузи, ранкова гігієнічна гімнастика, дихальні вправи, «нейробіка»); рекреаційні (погулянки, теренкур, скандинавська ходьба, оздоровча ходьба, плавання, велопогулянки, сомат-йога, міні-футбол, волейбол, баскетбол, самомасаж).

При організації і проведенні факультативних занять з фізичної підготовки та консультацій з курсантами пропонується:

- здійснювати заняття в малих групах (8-12 осіб);
- приділяти більше уваги розвитку психофізичних якостей,

- які необхідні поліцейським для якісного виконання службових обов'язків;
- враховувати отримане навантаження на аудиторних заняттях;
  - уникати на занятті одночасного розвитку рухових якостей і формування рухових навичок, при яких може спостерігатись явище негативного перенесення;
  - при проведенні самостійних занять і рекреаційних заходів пріоритет надавати вибору вправ і навантаженню помірної інтенсивності (ЧСС 120-150 уд./хв.).

Перевагами використання зазначених підходів і форм організації занять з фізичної підготовки є те, що вони доповнюють аудиторні заняття, розвивають у курсантів здатність планувати свою діяльність; дозволяють зробити їх суб'єктами процесу навчання; надають їм можливість отримувати емпіричний та інноваційний досвід НПП, а також співробітників поліції, які мають досвід практичної діяльності за фахом.

Для формування мотиваційно-ціннісного ставлення курсантів до занять фізичною культурою, підвищення ефективності позанавчальних форм занять ми пропонуємо використовувати до 30% інтерактивних методів навчання; впроваджувати інноваційні педагогічні технології; проводити заняття із навчальною зброєю та спецзасобами індивідуальної зброї в спортивному залі.

Реалізацію зазначеної мети і поставлених завдань неможливо здійснити без якісного планування процесу занять. Тому ми пропонуємо навчальний рік ділити на наступні етапи: адаптації; базової фізичної підготовки; спеціальної фізичної підготовки; професійно-орієнтованої підготовки.

Етап адаптації (вересень-жовтень) передбачає: прискорення процесу адаптації курсантів до специфічних умов навчання в

ЗВО, що потребує особливої уваги та допомоги НПП; визначення початкового рівня фізичної підготовленості; налагодження комунікації; проведення теоретичних занять з основ фізичної підготовки поліцейських.

Етап базової фізичної підготовки (листопад-січень) повинен бути спрямований: на розучування та відпрацювання комплексів спеціальних вправ для розвитку м'язів стопи, гомілки, стегна, тулубу, шиї, передпліччя, моторики рук, статичної витривалості, покращення техніки дихання, розвитку гнучкості. Виконання вправ пропонується здійснювати в повільному темпі, з контролем дихання. Зазначені тренування повинні доповнюватись проведенням щомісячного контролю НПП за веденням курсантами щоденників самоконтролю; із наданням індивідуальних консультацій щодо проведення самостійних занять фізичними вправами, з підрахунком курсантами сумарного обсягу навантаження за тиждень, місяць, квартал.

Етап спеціальної фізичної підготовки (лютий-квітень) спрямований: на вдосконалення значимих рухових якостей, з акцентом на розвиток сили, загальної та спеціальної витривалості. Заняття доповнюються вправами по відпрацюванню рухових дій із навчальною зброєю (без патронів); спроможності виконувати рухові дії зі зброєю в різних положеннях; із спецзасобами індивідуального захисту; сидячи на стільці, в статиці зі зменшеною площею опори, тримаючи зброю однією та двома руками; техніки з розбирання та збирання навчальної зброї (із зоровим контролем, із закритими очима); виконання техніки хвату, відпрацювання стійок, контролю за диханням, здатності керувати своїм емоційним станом; прицілювання, керування спуском; вправ з простою і складною реакцією. По суботах заняття доповнено проведен-

ням майстер-класів стрільби з вогнепальної зброї із запрошенням працівників спецпідрозділів ГУНП в Дніпропетровській області. НПП продовжують здійснювати щомісячний контроль за веденням щоденників самоконтролю; із наданням індивідуальних консультацій щодо проведення самостійних занять з переважним використанням вправ аеробної спрямованості, з підрахунком курсантами кілометражу за тиждень, місяць, квартал.

Етап професійно орієнтовної підготовки (травень-червень) повинен бути спрямований: на вдосконалення техніки рухових дій; набутих умінь та навичок; розвиток координаційних здатностей курсантів; об'єднання в цілісну рухову дію розучених елементів техніки стрільби; спроможності виконання вправи в різному темпі, зі зменшенням площі опори, з різних положень, із спецзасобами індивідуального захисту. Заняття доповнюються проведенням консультацій з дисципліни «Вогнева підготовка», на яких здійснюється відпрацювання практичних вправ з вогнепальною зброєю по нерухомій цілі; в обмежений час; на відстані 5-7-10-25 метрів; зі зміною магазину; складною реакцією; з розворотом; відходом з лінії вогню; по цілях, які рухаються; по противнику в бронезилеті; з перенесення вогню в глибину з обмеженням часу; по одній мішені із заміною магазину з обмеженням часу; по різних мішенях із заміною магазину з обмеженням часу; в русі; з максимальною швидкістю стрільби упродовж 3 секунд; стоячи спиною до цілі; з коліна, в русі, після фізичного навантаження; з контрастом світла.

Аналіз щоденників самоконтролю; відвідування курсантами факультативних занять з фізичної підготовки; динаміка функціональних змін та показники фізичного розвитку повинні враховуватись при визначенні оцінок із самостійної та індивідуальної

роботи за підсумками навчально-го року.

Таким чином, для підвищення ефективності психофізичної підготовки майбутніх поліцейських ми пропонуємо застосовувати «курсантоцентрований підхід», що передбачає врахування індивідуально-типологічних особливостей вищої нервової діяльності здобувачів, рівня їх фізичних кондицій, мотиваційних пріоритетів до занять фізичною культурою при виборі засобів та методів фізичного виховання, форм організації занять, визначенні величини фізичних навантажень.

**Дискусія.** В численних наукових дослідженнях доведено, що рівень дієздатності, придатності і готовності фахівців в будь-якій професії буде залежати від рівня розвитку у них професійно важливих фізичних і психічних якостей. Через це, в освітньому процесі ЗВО вирішальними завданнями має бути формування у здобувачів комплексу психофізичних якостей, необхідних у майбутній професійній діяльності [1, 12, 14, 15, 18]. Особливо важливим, на думку науковців, є забезпечення належного рівня психофізичної готовності здобувачів освіти ЗВО зі специфічними умовами навчання, зокрема, таких, які здійснюють підготовку поліцейських, у зв'язку з тим, що їх професійна діяльність часто пов'язана із ризиком для здоров'я та життя.

За твердженнями Луцака А.Р. (2001), головними складовими «психофізичної готовності» працівників правоохоронних органів є: функціональний стан організму, фізична підготовленість, фізичний розвиток, розумова, фізична працездатність та психофізіологічні особливості особистості [8].

Дослідник В.М. Смирнов (2004) вважає, що успішність професійної діяльності працівників правоохоронних органів буде залежати від її узгодження з комплексом службової, бойової, фізичної підготовки і запропону-

вав проведення професійно-екстремально-психологічного виду підготовки.

В роботі О.В. Івлева (2010) доведено позитивний вплив на розвиток психофізичних якостей персоналу органів внутрішніх справ занять зі спеціальної фізичної і тактико-спеціальної підготовки із моделюванням ситуацій професійної діяльності.

О.О. Горпинич (2010) запропонував для поліпшення фізичної працездатності курсантів ЗВО МВС використовувати заняття з рукопашного бою, які проводяться в комплексі з психологічним тренінгом [5, 6].

С.В. Попов (2013) вважає, що для ефективного розвитку професійно важливих особистісних якостей майбутніх фахівців кримінальної міліції та формування в них стресостійкості необхідно впроваджувати у навчальний процес ЗВО відпрацювання екстремальних ситуацій [16].

За результатами дослідження Д.О. Миргород, О.Е. Коломійцевої (2015) запропоновано вдосконалити підготовку майбутніх правознавців правоохоронного напрямку діяльності шляхом розробки комплексної системи фізичного виховання з диференційованим підходом до юридичного фаху та використанням сучасних технічних засобів навчання. Автори вважають, що зазначена технологія навчання дозволить значно скоротити терміни соціально-психологічної і фізичної адаптації здобувачів до особливостей навчання у ЗВО та специфіки професійної діяльності [10].

В дослідженні М. Логачева (2017) акцентовано увагу на психофізичну готовність поліцейських до застосування табельної вогнепальної зброї. Науковець зазначив, що застосування крайнього примусового заходу поліцейськими складається з психологічної та бойової готовності, а компонентами бойової готовності

є: фізична, вогнева, тактико-спеціальна готовність.

У роботах І. Горелова (2018) зазначено, що компонентами психофізіологічної готовності поліцейських до застосування табельної вогнепальної зброї є: комплекс спеціальних професійних знань, вмінь та навичок, які визначають їх здатність правомірно застосовувати зброю; мотиваційне санкціонування відповідних професійних дій; індивідуальні особливості поліцейського.

Інноваційний підхід щодо визначення основних компонентів професійної готовності патрульних поліцейських НПУ запропонував В.В. Бондаренко (2019). Науковець вважає, що готовність патрульного складається із: вміння застосовувати набуті теоретичні знання під час професійної діяльності, достатнього рівня сформованості умінь, навичок в застосуванні поліцейських заходів, розвитку професійно важливих рис та професійного досвіду [3].

Для досягнення високого рівня підготовленості майбутніх офіцерів НПУ О.А. Моргуновим, О.А. Ярещенко (2020) запропонована педагогічна технологія, в основі якої є використання методів проблемно-ситуаційних вправ, моделювання ситуацій та умов, максимально наближених до реальності службової діяльності; комплексне вирішення курсантами найбільш типових службових завдань, із відповідним оцінюванням їх ефективності та правомірності. Автори вважають, що покращення освітнього процесу можливо досягти за рахунок удосконалення міжпредметних зв'язків засобами модульної побудови змісту освіти у межах єдиної структурно-логічної схеми навчання з дисциплін: фізичної, вогневої та тактико-спеціальної підготовки [11].

За твердженнями М. Боровика, К.М. Березняк, В.В. Колісніченко, О.М. Іванченко, Т.М. Магмет, Ш.А. Ковач (2023), сучасна кон-



цепція правоохоронної діяльності передбачає використання поліцейського в якості окремої бойової одиниці, яка здатна діяти в умовах реальної загрози. Через це одним із ключових питань в рамках професійної підготовки поліцейських НПУ постає необхідність вдосконалення психофізіологічної готовності майбутніх офіцерів поліції (офіцерів-правоохоронців) до застосування табельної вогнепальної зброї. Автори вважають, що компонентами психофізичної готовності до застосування вогнепальної зброї майбутніми офіцерами НПУ в процесі фахової підготовки повинно бути психологічна готовність; фізична готовність (фізична витривалість, сила, швидкість, гнучкість, координація рухів); вогнева (стрілецька) готовність; тактико-спеціальна готовність; ситуативна готовність.

Нами запропоновано організаційно-методичні засади удосконалення психофізичної підготовки майбутніх правоохоронців на основі врахування індивідуально-типологічних особливостей вищої нервової діяльності кур-

сантів. Врахування зазначених особливостей під час проведення занять професійно-прикладної спрямованості в аудиторних і позанавчальних формах занять, добір засобів і методів фізичного виховання, визначенні спрямованості фізичних навантажень дозволить підвищити якість формування професійно значущих рухових умінь і навичок; ефективніше розвивати фізичні та психічні якості, необхідні для виконання службових обов'язків; сприятиме формуванню у курсантів мотивації до фізичного самовдосконалення, усвідомленої потреби в регулярних заняттях фізичною культурою; здатності до раціонального застосування засобів фізичного виховання для досягнення особистих і професійних цілей.

**Висновок.** В результаті проведених досліджень обґрунтовано організаційно-методичні засади удосконалення психофізичної підготовки курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання, які передбачають: врахування індивідуально-типологічних особливостей вищої нервової діяльності

здобувачів під час проведення практичних занять із фізичної, вогневої і тактико-спеціальної підготовки; визначенні раціонального співвідношення засобів різної переважної спрямованості; формуванні підгруп та змін на аудиторних, позанавчальних заняттях і консультаціях; визначенні стратегії спілкування із здобувачами; виборі методів виховних впливів; застосуванні мотиваційних заходів.

**Перспективи подальших досліджень** полягають у перевірці ефективності запропонованих організаційно-методичних засад удосконалення психофізичної підготовки курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання.

**Вдячність.** Висловлюємо вдячність керівництву Навчально-наукового інституту права та підготовки фахівців для підрозділів Національної поліції України Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ за можливість проведення дослідження та курсантам 1, 2 курсів груп досудового розслідування за активну участь в проведеному дослідженні.

## Література

1. Бабаєв Ю.Г. Особливості формування психофізичної готовності курсантів до майбутньої професійно-бойової діяльності у польових умовах. Науковий часопис Національного педагогічного університету ім. М.П. Драгоманова. Вип. 91'2023 Серія 5. С. 13-16. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/41489>.
2. Безверхня, Г.В., Круцевич, Т.Г. Особливості мотиваційних пріоритетів підлітків з різними типами ВНД. Спортивний вісник Придніпров'я. 2010; 1:3-7. URL: [https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/787878787/1075/Bezverxnya,\\_Kruzevuch.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/787878787/1075/Bezverxnya,_Kruzevuch.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
3. Бондаренко В.В. Професійна підготовка працівників патрульної поліції: зміст і перспективні напрями: монографія. К.: ФОП Кандиба Т.П., 2018. 524 с. URL: <http://elar.naiu.kiev.ua/jspui/handle/123456789/8055>.
4. Великий Ю.М., Кошелева О.О. (2024). Фізична підготовленість курсантів ЗВО зі специфічними умовами навчання. Науковий часопис Україн-

## References

1. Babaev Y.G. Peculiarities of the formation of psychophysical readiness of cadets for future professional combat activities in the field. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University*. Vyp. 91'2023 Episode 5. P. 13-16. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/41489>
2. Bezverkhnya G.V., Krutsevich T.G. Peculiarities of motivational priorities of adolescents with different types of GNI. *Sports Bulletin of the Dnieper*. 2010; 1:3-7. URL: [https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/787878787/1075/Bezverxnya,\\_Kruzevuch.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://reposit.uni-sport.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/787878787/1075/Bezverxnya,_Kruzevuch.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
3. Bondarenko, V.V. Professional training of patrol police officers: content and perspective directions: monograph. Kyiv: FOP Kandyba T. P., 2018. 524 p. URL: <http://elar.naiu.kiev.ua/jspui/handle/123456789/8055>.
4. Veliky Y.M., Kosheleva O.O. (2024). Physical fitness of cadets of higher education institutions with specific training conditions. *Scientific journal of Mykhailo Drahomanov Ukrainian State University*. Episode 15. Scientific and Pedagogical Problems

- ського державного університету імені Михайла Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць. Київ: Вид-во УДУ ім. М. Драгоманова, 2024. Випуск 6 (179) 24, С. 75-81. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal>.
5. Горпинич О.О. Оптимізація навчально-службової діяльності ВНЗ системи МВС засобами фізичного виховання: автореф. дис. ... канд. фіз. вих. і спорту: 24.00.02. ХДАФК. 2010. 20 с.
  6. Івлєв О.М. Професійно-прикладна фізична підготовка майбутніх інспекторів ДАІ до застосування силового впливу: автореф. дис. ... канд. фіз. вих. і спорту: 24.00.02. ХДАФК. 2010. 20 с.
  7. Кошелева О.О., Великий Ю.М. Особливості мотивації курсантів ЗВО із специфічними умовами навчання до занять фізичною культурою. Науковий часопис Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова. Серія 15. Науково-педагогічні проблеми фізичної культури (фізична культура і спорт): зб. наукових праць. Київ: Видавництво УДУ ім. М. Драгоманова, 2023. Випуск 6 (166) 23. С. 199, с. 88-93. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/42448>.
  8. Луцшак А.С. Оптимізація психофізичної підготовки курсантів вищих закладів освіти МВС України: автореф. дис. ... канд. фіз. вих. і спорту: 24.00.02. ЛДІФК. 2001. 22 с.
  9. Максименко, С.Д., Солов'єнко, В.О. (2000). Загальна психологія: навч. посібник. К.: МАУП. 256 с. URL: [http://univer.nuczu.edu.ua/tmp\\_metod/875/Maksimenko\\_S.D.\\_Zagal%27na\\_psihologiya.pdf](http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._Zagal%27na_psihologiya.pdf)
  10. Миргород Д.О., Коломийцева О.Е. Стан та перспективи удосконалення системи фізичного виховання правознавців. Фізичне виховання різних груп населення. *Слобожанський науково-спортивний вісник*. 2015. №2. С. 124-127. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&S21P03=FI&S21STR=snsv\\_2015\\_2\\_26](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&S21P03=FI&S21STR=snsv_2015_2_26)
  11. Моргунов О. А., Ярещенко О. А. Фізична підготовка курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання ВМС України. *Підготовка поліцейських в умовах реформування системи МВС України*. Харків, 2020. С. 177-179. URL: [https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/29\\_05\\_2020/pdf/64.pdf](https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/29_05_2020/pdf/64.pdf)
  12. Москаленко Н., Пічурін В., Гвоздак А. Психофізична підготовка студентів інженерних спеціальностей у процесі фізичного виховання. Спортивний вісник Придніпров'я. 2018. № 2. С. 81–86. URL: [https://www.polessu.by/sites/default/files/sites/default/files/02per/03document/151\\_8.pdf](https://www.polessu.by/sites/default/files/sites/default/files/02per/03document/151_8.pdf)
  13. Освіті програми. *Дніпропетровський державний* of Physical Culture (Physical Culture and Sport). scientific papers. Kyiv: M. Drahomanov Publishing House, 2024. Issue 6 (179) 24, pp. 75-81. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal>.
  5. Horpynych O.O. Optimization of educational and service activities of higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs by means of physical education: Dis. ... Cand. Phys. Exh. and sports: 24.00.02. KhDAFC. 2010. 20 p.
  6. Ivlev O.M. Professional-applied physical training of future traffic police inspectors to the use of force influence: Dis. ... Cand. Phys. Exh. and sports: 24.00.02. KhDAFC. 2010. 20 p.
  7. Kosheleva O.O., Velykyi Y.M. Peculiarities of motivation of cadets of higher education institutions with specific conditions of training for physical education. Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University. Series No. 15. Scientific and Pedagogical Problems of Physical Culture (Physical Culture and Sport). scientific papers. Kyiv: M. Drahomanov USU Publishing House, 2023. Issue 6 (166) 23. p. 199, pp. 88-93. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/42448>.
  8. Lushchak, A.S. Optimization of psychophysical training of cadets of higher educational institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. Dis. ... Cand. Phys. Exh. and sports: 24.00.02. LDIFK. 2001. 22 p.
  9. Maksymenko, S.D., Solovienko, V.O. (2000). General Psychology: Study. manual. K.: IAPM. 256 p. URL: [http://univer.nuczu.edu.ua/tmp\\_metod/875/Maksimenko\\_S.D.\\_Zagal%27na\\_psihologiya.pdf](http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._Zagal%27na_psihologiya.pdf).
  10. Myrhorod D.O., Kolomytseva O.E. State and prospects for improving the system of physical education of lawyers. Physical education of different population groups. *Slobozhansky Scientific and Sports Bulletin*. 2015. №2. P. 124-127. URL: [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP\\_meta&C21COM=S&S21P03=FI&S21STR=snsv\\_2015\\_2\\_26](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21STN=1&S21FMT=ASP_meta&C21COM=S&S21P03=FI&S21STR=snsv_2015_2_26)
  11. Morgunov, O. A., and Yareschenko, O. A. Physical training of cadets of higher education institutions with specific conditions of training of the Ukrainian Navy. *Training of police officers in the context of reforming the system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine*. Kharkiv, 2020. P. 177-179. URL: [https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/29\\_05\\_2020/pdf/64.pdf](https://univd.edu.ua/general/publishing/konf/29_05_2020/pdf/64.pdf).
  12. Moskalenko N., Pichurin V., Gvozdak A. Psychophysical training of students of engineering specialties in the process of physical education. Sportivnyi visnyk Prydniprov'ya. 2018. No. 2. P. 81–86. [https://www.polessu.by/sites/default/files/sites/default/files/02per/03document/151\\_8.pdf](https://www.polessu.by/sites/default/files/sites/default/files/02per/03document/151_8.pdf).

- університет внутрішніх справ*. <https://dduvs.edu.ua/navchalnij-protse/osvitni-programy/>
14. Павлова, Ю.О., Андрес, А.С., Дух, Т.І., Крижановський, В.О. & Швець, В.Л. (2021). Сучасний стан організації фізичної підготовки курсантів закладів вищої освіти органів внутрішніх справ. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. 3(133), 95-101. <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/365>
  15. Пилипей Л.П. Теоретико-методичні основи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів: автореф. дис. д-ра наук з фіз. вих. і спорту: 24.00.02. Київ. 2011. 44 с.
  16. Попов С.В. Педагогічні умови вдосконалення спеціальної фізичної підготовки майбутніх фахівців кримінальної міліції: автореф. дис. ....к.п.н.: 13.00.04. ЛНУ ім. Тараса Шевченка. 2013. 384 с.
  17. Родіна, Ю., Великий, Ю. (2023). Про доцільність врахування в освітньому процесі тижневої рухової активності курсантів ЗВО. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ: Науковий журнал*, № 1 (122), стор. 287–293. URL: [https://visnik.dduvs.in.ua/?page\\_id=3520](https://visnik.dduvs.in.ua/?page_id=3520)
  18. Романчук, С.В., Гунченко, В.О., Іщенко, Є.А., Яровий, М.В., Шевченко, О.С., Поплавець, В.С., Лашта, В.Б. (2024). Застосування кросфіту у фізичній підготовці співробітників правоохоронних органів. *Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова*. Вип. 1 (173), стор. 121–127. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/43880>
  19. Смертельна гонитва в Києві: прокуратура визнала винним патрульного, який застрелив у BMW підлітка. УНІАН. URL: <https://www.unian.ua/incidents/1612042-smertelna-gonitva-v-kievi-prokuratura-viznala-vinnim-patrulnogo-yakiy-zastreliu-u-bmw-pidlitka.html>
  20. Юрьев, О.О. (1973). *Кульова спортивна стрільба*. М: Фізкультура і спорт, 432 с. URL: [https://shooting-ua.com/books/book\\_111.htm](https://shooting-ua.com/books/book_111.htm)
  13. Educational programs. Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs. URL: <https://dduvs.edu.ua/navchalnij-protse/osvitni-programy/>
  14. Pavlova, Y.O., Andrés, A.S., Duh, T.I., Kryzhanovskiy, V.O. & Shvets, V.L. (2021). The current state of the organization of physical training of cadets of higher education institutions of the internal affairs bodies. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University*. 3(133), 95-101. URL: <https://spppc.com.ua/index.php/journal/article/view/365>
  15. Pylypei, L.P. Theoretical and Methodological Foundations of Professional and Applied Physical Training of Students of Higher Educational Institutions: Dis. Doctor of Science in Physics. Exh. and sports: 24.00.02. Kiev. 2011. 44 p.
  16. Popov, S.V. Pedagogical conditions for improving special physical training of future specialists of criminal militia: Dis. ....Ph.D.: 13.00.04. LNU them. Taras Shevchenko. 2013. 384 p.
  17. Rodina, Y., Velikiy, Y. (2023). On the expediency of taking into account the weekly physical activity of cadets of higher education institutions in the educational process. *Scientific Bulletin of Dnipropetrovsk State University of Internal Affairs: Scientific Journal*, No. 1 (122), p. 287–293. URL: [https://visnik.dduvs.in.ua/?page\\_id=3520](https://visnik.dduvs.in.ua/?page_id=3520)
  18. Romanchuk, S.V., Hunchenko, V.O., Ishchenko, E.A., Yarovy, M.V., Shevchenko, O.S., Poplavets, V.S. & Lashta, V.B. (2024). The use of crossfit in the physical training of law enforcement officers. *Scientific journal of the National Pedagogical Dragomanov University*. Vyp. 1 (173), p. 121–127. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/43880>
  19. Death chase in Kyiv: the prosecutor's office found guilty the patrolman who shot a teenager in a BMW. UNIAN. Mode of access. URL: <https://www.unian.ua/incidents/1612042-smertelna-gonitva-v-kievi-prokuratura-viznala-vinnim-patrulnogo-yakiy-zastreliu-u-bmw-pidlitka.html>
  20. Yuriev O.O. *Bullet sport shooting*. Moscow: Fizkultura i Sport, 1973. 432 p. URL: [https://shooting-ua.com/books/book\\_111.htm](https://shooting-ua.com/books/book_111.htm)

#### Кошелева Олена

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту  
м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
e-mail: koshelevaea@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0002-9085-6800>

#### Великий Юрій

Придніпровська державна академія фізичної культури і спорту  
м. Дніпро, вул. Набережна Перемоги, 10, 49094, Україна  
e-mail: great170512@gmail.com  
<https://orcid.org/0000-0003-4386-7555>