

ЗМІЦНЕННЯ ЗДОРОВ'Я ПРАЦІВНИКІВ МВС УКРАЇНИ НА ЕТАПІ ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ У ПРОЦЕСІ ЗАНЯТЬ ЗА АВТОРСЬКОЮ ПРОГРАМОЮ

Досліджено вплив занять за авторською програмою на стан здоров'я працівників МВС України на етапі професійного становлення. У дослідженні взяли участь 54 правоохоронці першої категорії першої вікової групи, які увійшли до експериментальної (n=28) та контрольної груп (n=26). Виявлено, що заняття за авторською програмою сприяли більш вираженому, порівняно з чинною програмою фізичної підготовки, зростанню показників стану здоров'я працівників.

Ключові слова: стан здоров'я, програма, фізична підготовка, етап професійного становлення, працівник.

Постановка проблеми. Професійна діяльність працівників МВС України пов'язана із повсякденним впливом стресогенних чинників, що обумовлені самим змістом завдань, покладених на міліцію: забезпечення особистої безпеки громадян, захист їх прав і свобод, законних інтересів, запобігання правопорушенням та їх припиненні, забезпечення та охорона громадського порядку, виявлення та розкриття злочинів [8, 9]. У зв'язку з цим професійна підготовка правоохоронців, особливо на початковому етапі їх професійного становлення, посідає важливе місце. Від якості професійної підготовленості працівника буде залежати ефективність виконання ним своїх службових обов'язків у подальшій професійній діяльності.

Основи професійної підготовки закладаються майбутньому працівнику під час навчання у вищих навчальних закладах МВС України. Разом з тим, сьогодні на службі в ОВС України перебуває близько 40% правоохоронців, які не навчались у навчальних закладах МВС України. Для професійного становлення таких працівників організовано курси початкової підготовки [11].

Працівникам, яких вперше атестовано, важко адаптуватись до нових умов навчальної та службової діяльності, адже вчорашні цивільні особи потрапляють у нові умови навчальної та службової діяльності, нові життєві ситуації, що супроводжується істотною перебудовою психічних та фізіологічних станів [1, 8]. Фізична підготовка, як невід'ємна частина професійної підготовки, має значні можливості у прискоренні процесу адаптації до нових умов службово-професійної діяльності, зміцненні здоров'я, підвищенні функціональних резервів організму працівників, випереджувальному розвитку спеціальних фізичних якостей, формуванні навичок, необхідних для виконання службових завдань [3, 7, 12]. Однак, аналіз нормативних документів з питань організації фізичної підготовки [6, 10, 11] дозволив виявити низку причин, які знижують її ефективність: завдання з фізичної підготовки для працівників різних службово-посадових категорій носять узагальнений характер та не повною мірою враховують специфічні особливості службової діяльності працівників різних категорій – заняття зі спеціальної фізичної підготовки становлять 80–90% загального часу на фізичну підготовку; низький вихідний рівень фізичної підготовленості та здоров'я працівників; недостатнє врахування рівня фізичного стану працівників.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Вченими [8, 9] встановлено, що процес адаптації може бути прискорений шляхом цілеспрямованого застосування засобів фізичної підготовки. Система фізичної підготовки працівників ОВС на етапі професійного становлення включає загальну (ЗФП) та спеціальну фізичну підготовку (СФП) [5, 6, 10]. Вчені [4, 7, 12] стверджують, що високий рівень ЗФП дозволяє розвивати основні фізичні якості, покращувати функціональні можливості організму, зміцнювати здоров'я, підвищувати працездатність й формувати основу для розвитку спеціальних якостей працівників. За відсутності достатнього рівня ЗФП неможливо розвивати спеціальні фізичні якості й покращувати ефективність професійної діяльності.

Щодо забезпечення успішності процесу адаптації працівників на етапі професійного становлення, то вчені [4, 9 та ін.] одностайні, що для формування адаптивних можливостей організму працівників необхідно підвищувати функціональні можливості серцево-судинної системи та системи дихання. Найбільш ефективними засобами фізичної підготовки для вирішення цього завдання є вправи на витривалість.

Аналіз літературних джерел дозволив виявити значну кількість робіт, спрямованих на дослідження проблем фізичної підготовки правоохоронців, однак питання вдосконалення фізичної підготовки працівників МВС України під час навчання на курсах початкової підготовки з метою прискорення їх адаптації до нових умов навчання і служби, зміцнення здоров'я та покращання ефективності службової діяльності є недостатньо розкритим. Вчені [3, 4, 6] вважають, що напрямком розв'язання визначеної проблеми є удосконалення чинної програми фізичної підготовки працівників МВС України на курсах початкової підготовки шляхом запровадження нового порядку планування й організації фізичної підготовки із працівниками залежно від службово-посадових категорій та з урахуванням їх фізичного стану.

Зв'язок з важливими науковими та практичними завданнями. Робота виконується відповідно до Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.

Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту у межах теми 3.8 "Теоретико-методологічні основи побудови системи масового контролю і оцінки рівня розвитку і фізичної підготовленості різних груп населення" (номер державної реєстрації 0111U000192).

Мета – дослідити вплив занять за авторською програмою на стан здоров'я працівників МВС України на етапі професійного становлення.

Методи дослідження: аналіз літературних джерел, педагогічне спостереження, педагогічний експеримент, методи математичної статистики.

Організація дослідження. Дослідження проводилось на базі Національної академії внутрішніх справ у 2013–2014 рр. У дослідженні взяли участь працівники 1-ї службово-посадової категорії першої вікової групи (n=54). Було сформовано експериментальну (ЕГ, n=28) і контрольну (КГ, n=26) групи. Для дослідження впливу занять за авторською програмою на стан здоров'я працівників ми застосовували методику експрес-оцінки рівня соматичного здоров'я (за Г. Л. Апанасенком), в основу якої покладені показники антропометрії (зріст, маса тіла, життєва ємність легень, кистьова динамометрія) та функціональний стан кардіореспіраторної системи [2]. Дослідження здійснювалось за результатами диспансерного огляду працівників під час вступу на курси початкової підготовки (1-й етап), під час їх закінчення (2-й етап) та через один рік служби після закінчення курсів (3-й етап).

Обговорення результатів дослідження. Залежно від характеру і специфіки проходження служби весь постійний особовий склад ОВС розподіляється на три службово-посадові категорії [10]: 1-ша – начальницький склад апарату МВС України, особовий склад науково-дослідних установ, навчальних закладів МВС України; 2-га – рядовий та начальницький склад міських, районних, лінійних органів, державної автомобільної інспекції, міліції охорони, патрульної служби; 3-тя – рядовий та начальницький склад підрозділів швидкого реагування, спеціального та особливого призначення.

У працях [3, 5, 9] відмічається, що фізична підготовка працівників на етапі професійного становлення повинна бути організована відповідно до службово-посадових категорій. Однак, аналіз навчальних планів курсів початкової підготовки показав, що практично на всіх курсах більшість часу, який визначений для занять з фізичної підготовки, виділено на спеціальну фізичну підготовку. Так, наприклад, на курсах початкової підготовки працівників, прийнятих на посади слідчих (2-га категорія), для занять із спеціальної фізичної підготовки виділено 92% загального часу; на курсах працівників, прийнятих у спецпідрозділи ("Титан", "Грифон" (3-тя категорія)), – 95%; на курсах початкової підготовки Національної академії внутрішніх справ (1-ша категорія) – 70%.

Таким чином, проведені дослідження вказують на те, що зміст занять з працівниками різних службово-посадових категорій повинен відрізнятися за обсягами загальної та спеціальної фізичної підготовки. Так, для працівників 1-ї категорії, майбутня діяльність яких пов'язана з великими інтелектуальними, нервово-психічними навантаженнями при недостатніх фізичних навантаженнях та низькій руховій активності співвідношення обсягів ЗФП і СФП у відсотках повинно становити 70/30; для 2-ї категорії – 50/50, для співробітників ОВС 3-ї категорії, у службовій діяльності яких постійно мають місце значні фізичні та психологічні навантаження – 30/70. Але якщо на курсах початкової підготовки для працівників 3-ї категорії співвідношення засобів ЗФП і СФП є достатньо обґрунтованим, то для працівників 1-ї категорії система організації та проведення фізичної підготовки на курсах початкової підготовки вимагає доопрацювання.

Тому, спираючись на роботи вчених та враховуючи результати пошукових досліджень, ми запропонували програму удосконалення фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення, сутність якої полягає в прискоренні адаптації до умов службової діяльності, зміцненні здоров'я, покращанні фізичного стану працівників шляхом застосування засобів фізичної підготовки залежно від службово-посадових категорій та рівня фізичного стану правоохоронців.

Експериментальну програму було впроваджено до системи фізичної підготовки курсів початкової підготовки Національної академії внутрішніх справ. Ефективність програми оцінювали за показниками стану здоров'я правоохоронців експериментальної та контрольної груп.

На початку експерименту рівень фізичного здоров'я у працівників обох груп був достовірно однаковим ($P > 0,05$). Після закінчення курсів початкової підготовки (2-й етап) рівень здоров'я у правоохоронців ЕГ був достовірно вищим, ніж у КГ, на 3,51 бали ($P < 0,001$), а через рік після закінчення курсів (3-й етап) – на 3,26 балів ($P < 0,001$) (табл. 1).

Аналіз динаміки фізичного здоров'я протягом експерименту засвідчив, що після закінчення курсів початкової підготовки в ЕГ рівень достовірно зріс на 3,61 бала ($P < 0,001$), а у КГ – на 0,04 бала ($P > 0,05$). Різниця між вихідними та кінцевими даними дослідження у працівників ЕГ становить 3,75 бала ($P < 0,001$) та є достовірною, а у КГ – 0,43 бала ($P > 0,05$) (рис. 1).

Дослідження співвідношення рівнів фізичного здоров'я показало, що на початку експерименту в обох групах рівень був нижчим від середнього. Після закінчення курсів початкової підготовки та через рік служби в ЕГ зафіксовано середній рівень здоров'я, а у КГ – нижчий від середнього. При цьому позитивний вплив занять за авторською програмою виявлено у підвищенні кількості працівників ЕГ, які мають середній та вищий від середнього рівні здоров'я. Так, якщо на початку дослідження найбільший відсоток працівників обох груп мали низький та нижчий від середнього рівні фізичного здоров'я (ЕГ – 78,6%; КГ – 80,8%), то вже після закінчення курсів початкової підготовки в ЕГ найбільший відсоток склали правоохоронці з середнім рівнем здоров'я (53,6%) (табл. 2). Крім того на даному етапі в ЕГ у двох працівників зафіксовано рівень, вищий від середнього (7,1%). У КГ після закінчення курсів ситуація практично не змінилась (табл. 2).

Рівень та динаміка фізичного здоров'я у працівників ЕГ та КГ під час педагогічного експерименту (бали)

Етапи дослідження, рівні вірогідності	ЕГ (n=28)			КГ (n=26)			Вірогідність різниці між показниками ЕГ і КГ	
	\bar{X}	y	$\pm m$	\bar{X}	y	$\pm m$	t	P
	1-й	3,32	3,04	0,57	3,38	2,50	0,49	0,08
2-й	6,93	3,13	0,59	3,42	2,20	0,43	4,79	<0,001
3-й	7,07	2,64	0,50	3,81	2,18	0,43	4,96	<0,001
P1-P2	t=4,40; P<0,001			t=0,06; P>0,05				
P2-P3	t=0,18; P>0,05			t=0,64; P>0,05				
P1-P3	t=4,93; P<0,001			t=0,65; P>0,05				

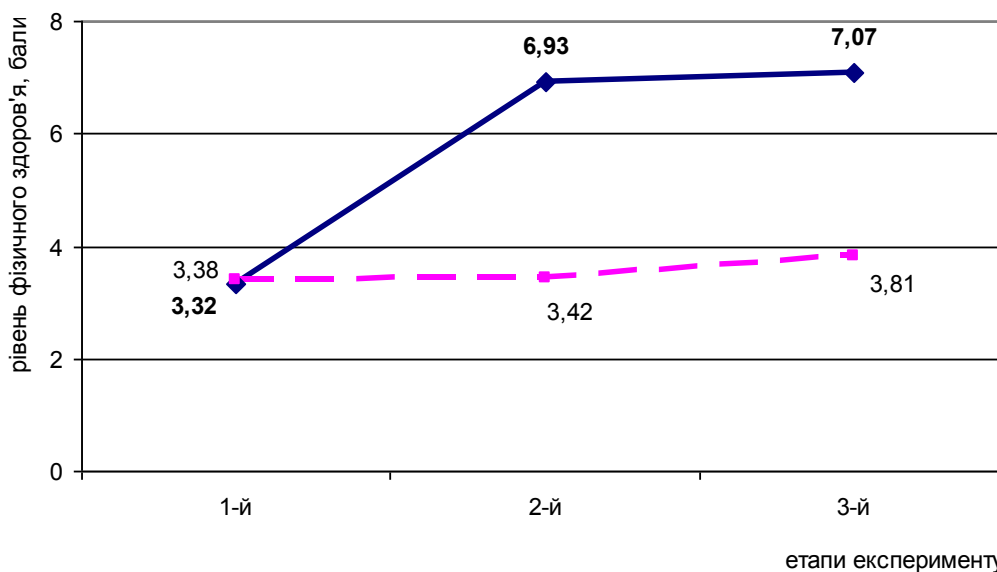


Рис. 1. Динаміка рівня фізичного здоров'я у працівників ЕГ та КГ упродовж експерименту (бали):

- динаміка рівня здоров'я працівників ЕГ;
- - - динаміка рівня здоров'я працівників КГ

Співвідношення рівнів фізичного здоров'я у працівників ЕГ та КГ упродовж педагогічного експерименту, (осіб/%)

Рівні фізичного здоров'я	Етапи педагогічного експерименту					
	1-й		2-й		3-й	
	ЕГ (n=28)	КГ (n=26)	ЕГ (n=28)	КГ (n=26)	ЕГ (n=28)	КГ (n=26)
Низький	11/39,3	11/42,3	2/7,1	10/38,5	2/7,1	7/26,9
Нижчий від середнього	11/39,3	10/38,5	9/32,2	9/34,6	9/32,2	13/50
Середній	6/21,4	5/19,2	15/53,6	7/26,9	16/57,1	6/23,1
Вищий від середнього	0	0	2/7,1	0	1/3,6	0
Високий	0	0	0	0	0	0

Наприкінці дослідження середній рівень здоров'я було виявлено у 57,1% працівників ЕГ та у 23,1% правоохоронців КГ. При цьому низький рівень мали 7,1% працівників ЕГ та 26,9% КГ (табл. 2).

Таким чином, дослідження впливу занять за авторською програмою показали її достатню ефективність щодо покращання стану здоров'я працівників ЕГ на етапі їх професійного становлення.

Висновки. Доведено позитивний вплив занять за авторською програмою на стан здоров'я працівників ЕГ. Встановлено, що у працівників ЕГ достовірно вищий, ніж у КГ рівень фізичного здоров'я на 3,26 балів (P<0,001). Крім того позитивний ефект від занять за авторською програмою виявлено у

підвищенні наприкінці експерименту кількості працівників ЕГ, які мають середній та вищий від середнього рівні здоров'я (60,7% проти 21,4% на початку дослідження).

Перспективи подальших розвідок у даному напрямі. Передбачається дослідити вплив занять за авторською програмою на ефективність службової діяльності працівників.

Список використаних джерел

1. Андросюк В. Г. Адаптація випускників вищих навчальних закладів МВС України до службової діяльності : психолого-педагогічні рекомендації / В. Г. Андросюк, Л. І. Казміренко, І. Г. Кириченко. – К. : НАВСУ, 2001. – 48 с.
2. Апанасенко Г. Л. Индивидуальное здоровье : сущность, механизмы, проявления / Г. Л. Апанасенко // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – № 1. – 2006. – С. 66–69.
3. Бабенко В. Г. Актуальні аспекти вдосконалення системи фізичної підготовки в практичних органах і підрозділах внутрішніх справ України / В. Г. Бабенко // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – 2008. – № 5. – С. 6–8.
4. Безпалый С. М. Динаміка фізичного здоров'я офіцерів-викладачів вищих навчальних закладів МВС у процесі службової діяльності / С. М. Безпалый, Ю. В. Вереньга, П. П. Ахрамович // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. – Л., 2012. – Вип. 16, т. 4. – С. 15–22.
5. Вереньга Ю. В. Стан фізичної підготовки працівників МВС України на етапі професійного становлення / Ю. В. Вереньга // Слобожанський науково-спортивний вісник. – 2014. – №3. – С. 31–35.
6. Закорко І. Проблеми теорії та організації фізичної підготовки в органах внутрішніх справ України / І. Закорко // Матеріали відкритої наук.-метод. конф. "Фізична підготовка військовослужбовців", 29-30 квітня 2003 р. – К., 2003. – С. 92–94.
7. Заярін Г.О. Загальна та спеціальна фізична підготовка працівників міліції / Г. О. Заярін, С. О. Матюхін, О. М. Несін. – Донецьк : ДІВС, 2002. – 304 с.
8. Клочко А. М. Професійна адаптація працівників правоохоронних органів: труднощі, механізми й чинники пристосування / А. М. Клочко // Теорія та методика навчання та виховання : зб. наук.праць Харк. держ. педаг. ун-ту ім. Г.С.Сковороди. – 2012. – Вип. 31. – С. 89–97.
9. Основи спеціальної фізичної підготовки працівників органів внутрішніх справ : навч. посібник / М. І. Ануфрієв, С. Є. Бутов, О. Ф. Гіда, С. М. Решко. – К. : НАВСУ, 2003. – 336 с.
10. Положення з організації професійної підготовки осіб рядового і начальницького складу органів внутрішніх справ України : Наказ МВС України № 318 від 13.04.2012 р.
11. Положення про організацію початкової підготовки працівників органів внутрішніх справ України : Наказ МВС України № 177 від 24.04.2009 р.
12. Савченко А. О. Загальна фізична підготовка працівників ОВС України / А. О. Савченко, О. І. Камаєв, П. І. Філіпенко. – Х. : НУВС, 2003. – 40 с.

Verenga Yu., Grihan G., Bezpaluy S.

STRENGTHENING OF HEALTH OF SERVICEMEN OF INTERNAL AFFAIRS OF UKRAINE ON THE STAGE OF THE PROFESSIONAL BECOMING IN THE PROCESS OF EMPLOYMENTS BY AUTHOR PROGRAM

The influencing of employments by the author program on the state of health of servicemen of Internal Affairs of Ukraine is explored. The study involved 54 servicemen of the first categories and first age groups, which were included in experimental (n=28) and control (n=26) groups. It is set, that employments after the author program influence more expressed growth of indexes of health of servicemen, on comparison with the operating program of physical training.

Key words: *the state of health, program, physical training, the stage of the professional becoming, serviceman.*

Стаття надійшла до редакції 04.09.2014 р.