

## **ПРОПОЗИЦІЇ ЩОДО ВДОСКОНАЛЕННЯ РІВНЯ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ ФАХІВЦІВ ДСНС УКРАЇНИ**

**Усачов Дмитро**

Викладач кафедри фізичної підготовки,  
Національний університет цивільного захисту України

Проблеми утримання, спрямованості та методики фізичної підготовки рятувальників досить широко розглядалися у науковій та спеціальній літературі. Багато питань з цієї теми підіймалися у наукових публікаціях, при написанні яких, за основу брали нормативно-правові документи, що свідчать про важливість та актуальність фізичної підготовки осіб рядового та начальницького складу для держави в цілому.

Якщо розглянути питання ролі Державної служби України з надзвичайних ситуацій у взаємодії з іншими органами виконавчої влади для забезпечення підтримки правопорядку та безпеки цивільного населення під час воєнного стану в нашій державі, то вона дуже висока. В нормативних документах вказано, що Державна служба України з надзвичайних ситуацій (ДСНС) — центральний орган виконавчої влади, що забезпечує реалізацію державної політики у сферах цивільного захисту, захист населення і територій від надзвичайних ситуацій та запобігання їх виникненню, ліквідацію надзвичайних ситуацій, рятувальної справи, гасіння пожеж, пожежну та техногенну безпеку, діяльність аварійно-рятувальних служб, профілактику травматизму невиробничого характеру, а також гідрометеорологічної діяльності [1].

Від ефективної та злагодженої роботи всіх підрозділів ДСНС з іншими силовими структурами МВС України, органами місцевого самоврядування та громадянами, багато в чому, залежить безпечне та розмірене життя не тільки суспільства, але та окремо взятого громадянина. Якщо брати до уваги фахівців із цивільного захисту, ми повинні говорити про реальних співробітників, осіб з високими моральними принципами, зі знаннями нормативно-правових документів, гідною правовою та фізичною підготовкою. Знання норм закону та вміння застосувати їх у службовій діяльності є необхідним елементом ефективної служби в підрозділах ДСНС, проте нині, в період активних бойових дій на території України, від людини, яка перебуває на службі, все більше потрібна висока фізична підготовка.

Не можна не відзначити позитивний вклад фізичних вправ та навантажень на особовий склад підрозділів ДСНС України. Оскільки одним із найважливіших завдань рятувальника є робота в команді, до якої висуваються високі вимоги рівня індивідуальної підготовки кожного працівника, а отже, і до їх фізичної підготовленості в цілому.

Основи фізичної підготовки в освітніх навчальних закладах ДСНС включають у собі елементи загальної фізичної підготовки та спеціальної фізичної підготовки. При цьому звертається увага теоретичним основам фізичної

підготовки, які виражаються, як правило, у лекціях та практичних заняттях. В основі курсу загальної фізичної підготовки включені такі види вправ, як легка атлетика, біг, подолання перешкод, плавання, лижна підготовка, гімнастика, спортивні ігри [2]. Зміст цих розділів реалізується у вищих навчальних закладах не в повному обсязі й потребують доопрацювання та певних поправок в умовах сьогодення.

Існують певні недоліки в освітніх програмах з фізичної підготовки, розроблених для здобувачів вищої освіти, які вперше вступають на навчання у навчальні заклади ДСНС. Треба внести певні поправки, які будуть відповідати сучасним стандартам НАТО, в розділ «Бойові прийоми боротьби», який повинен включати сучасні прийоми боротьби стоячи й лежачи, задушливі прийоми, звільнення від захоплень, обхватів та виконання бойових вправ в засобах індивідуального захисту та ін. Крім того, доцільно переробити курс з прийомів рукопашного бою рятувальників – жінок.

Визначну роль в вихованні осіб рядового та начальницького складу є метод «прикладу» при пропаганді вступу в вищі навчальні заклади ДСНС. Співробітник, який вже досяг певних результатів, має бути прикладом наслідування для молодого покоління, яке ще не вибрало сферу професійної діяльності.

Загалом фізична підготовка осіб співробітників ДСНС має розглядатися як педагогічний процес. Це багато в чому залежить від фізичної підготовки людини та зміцнює звички до регулярних фізичних тренувань. Було б доцільним запровадження матеріальної винагороди за успіхи у покращенні фізичного стану, як себе, так і свого підрозділу, та штрафні санкції за невиконання загальнодоступних фізичних вправ за прикладом розвинених країн Європи.

Процес фізичного вдосконалення осіб, які вперше вступають на службу в підрозділи ДСНС, зараз будується на основі теорії фізичного виховання, що відповідає стадії освітньої культури, яке своєю чергою значно обмежує його практичні можливості у виконанні завдань з ліквідації надзвичайних ситуацій, тому треба поступово переходити на новітні стандарти й впроваджувати практичні аспекти для підняття ефективності виконання дій за призначенням співробітників ДСНС.

### Список літератури

1. Кабінет Міністрів України. Постанова «Про затвердження Положення про Державну службу України з надзвичайних ситуацій» № 1052 від 16.12.2015 р. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/1052-2015-%D0%BF#Text> (дата звертання 28.03.2023)
2. Гігієна та гігієна спорту : підручник для студ. вищ. навч. закл. / Ю. Д. Свистун, О. П. Лаптев, С. О. Полієвський, Х. Є. Шавель. – Л. : ЛДУФК, 2014. – 304 с.