

## ОСОБЛИВОСТІ ІДЕОМОТОРНОГО ТРЕНУВАННЯ ПІД ЧАС ВОГНЕВОЇ ПІДГОТОВКИ

### FEATURES OF IDEOMOTOR TRAINING DURING FIRE TRAINING

Казначєв Д.Г., к.ю.н., доцент,  
доцент кафедри тактико-спеціальної підготовки  
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

Волков Ю.М., старший викладач кафедри тактико-спеціальної підготовки  
Дніпропетровський державний університет внутрішніх справ

У статті визначається роль вогневої підготовки та її значення у ефективності застосування зброї поліцейськими при зіткненні з правопорушниками, які чинять збройний опір поліцейському при виконанні службових обов'язків. Зазначаються основні недоліки стрільків початківців при роботі з вогнепальною зброєю на вогневому рубежі. Розкривається значення психологічної підготовки курсантів до виконання вправ з вогнепальною зброєю та взагалі безпечного поводження з вогнепальною зброєю на що впливають певні емоційні переживання при роботі з вогнепальною зброєю на вогневому рубежі, що в свою чергу впливає на правильність виконання вправ та ефективність дій при виконанні службових обов'язків, пов'язаних з використанням вогнепальної зброї. Розглядається взаємозв'язок індивідуальних особливостей курсантів та здатністю до їх адаптації до керування своїм психофізіологічним станом під час стрільби. Розкриваються особливості ідеомоторного тренування під час вогневої підготовки, яке полягає у зменшенні тривоги та психомоторного збудження під час підготовки до виконання пострілу, які повинні враховуватися викладачем в рамках звернення до цієї методики. Розкрито сутність ідеомоторного тренування та поширених алгоритмів його проведення під час практичних навчальних занять з вогневої підготовки, особливо для тих здобувачів вищої освіти, які мають підвищений рівень тривожності. Звертається увага на зв'язок між якістю вогневої підготовки та впровадженням нових методик, а також популяризацію індивідуального підходу щодо організації тренувань з вогневої підготовки з урахуванням притаманних особливостей здобувачів. Досліджено основні напрями впливу ідеомоторного тренування на психофізичний стан стрільця. Акцентується увага на тренуванні спеціальних відчуттів, розвиток яких є необхідним для успішного ведення стрільби курсантами з вогнепальною зброєю та підвищення майстерності у поводженні зі зброєю.

**Ключові слова:** вогнева підготовка, вогнепальна зброя, ідеомоторне тренування, заклад вищої освіти, методика, психологічний стан, здобувач вищої освіти.

The article reveals the peculiarities of ideomotor training during fire training, which should be taken into account by the teacher when applying this technique. The essence of ideomotor training and common algorithms for its implementation during practical training sessions on fire training are revealed. The author draws attention to the connection between the quality of fire training and the introduction of new methods, as well as the popularization of an individual approach to the organization of fire training exercises. The main areas of influence of ideomotor training on the psychophysical state of the shooter were studied.

The quality of fire training is an urgent issue for the formation of specialists who will later perform various official tasks. That is why teachers of higher education institutions are focused on introducing fundamentally new training methods. The range of available methods is quite wide and they are applied taking into account the individual characteristics of the cadets and their needs. Despite this, there is a need to study the specifics of training and improve the teacher's skills for their correct application.

Given the relevance of the issue of improving the means and methods of teaching educational disciplines within the framework of fire training, the use of innovative methods or non-traditional approaches in teaching has also become a common practice. As practice shows, classical methods are not always effective, because recently pedagogy recognizes an individual approach to teaching. Note that each individual student of higher education needs an individual approach from the teacher, taking into account his or her own characteristics. For this purpose, various types of training are implemented in fire training classes. One of these varieties is ideomotor training.

**Key words:** fire training, firearms, ideomotor training, institution of higher education, methodology, psychological state, higher education applicant.

**Постановка проблеми.** Якість вогневої підготовки є актуальним питанням для формування майбутніх фахівців для підрозділів Національної поліції, які в подальшому виконуватимуть службові завдання в різноманітних та навіть екстремальних умовах службової діяльності. Саме тому викладачі закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання повинні бути орієнтовані на запровадження принципово нових методик тренування. Спектр наявних методик є доволі широким і вони застосовуються з урахуванням індивідуальних особливостей курсантів та їх потреб. Незважаючи на це, існує необхідність у дослідженні особливостей проведення тренувань та удосконаленні майстерності викладача для їх правильного застосування.

**Аналіз наукових досліджень.** Окремі аспекти підвищення рівня вогневої підготовки поліцейських досліджувалися у працях, А.Ф. Бальви, О.О. Бондаренка, В.Р. Булачека, Ю.М. Великого, Г.Н. Будаг'янц, Ю.А. Лапутіно, О.І. Лопасава, О.М. Лопасвої, М.М. Ляпи, В.В. Матухно, В.М. Олекси, В.М. Петренка, П.В. Пістряка, В.В. Федорова, М.М. Удяньського, М.А. Чміля та інших авторів, але питання ідеомоторного тренування під час вогневої підго-

товки курсантів в закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання було розглянуто фрагментарно і потребує подальшого дослідження.

**Метою статті є** дослідження особливостей ідеомоторного тренування під час вогневої підготовки курсантів в закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання.

**Виклад основного матеріалу.** Вогнева підготовка є одним із пріоритетних напрямів підготовки здобувачів вищої освіти (курсантів) у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання. Відповідно до освітніх програм поліцейські, які отримують дипломи таких закладів повинні володіти певним комплексом знань, умінь і навичок. Це стосується як юридичних дисциплін, так і дисциплін тактичного спрямування. Чинні нормативно-правові акти, якими регламентується діяльність Національної поліції України, орієнтовані на формування кваліфікаційних вимог до поліцейських. У свою чергу, становлення поліцейського як фахівця відбувається під впливом низки об'єктивних та суб'єктивних факторів, серед яких: особисті якості та здібності здобувача вищої освіти, його прагнення до опанування певними навичками, педаго-

гічна майстерність викладача та переслідування ним мети зацікавлення курсантів у вивченні дисципліни, систематичності тренувань тощо. Усе це в сукупності впливає на комплекс умінь працівника поліції та його вміння адаптуватися до диференційованих професійних ситуацій.

Службова діяльність поліцейського, пов'язана з чималими складнощами, що вимагає від поліцейського володіння певним комплексом незвичних якостей, великим обсягом знань і широким діапазоном вмінь, серед яких одним із значимих в особистому комплексі якостей працівника є впевнене володіння вогнепальною зброєю [1, с. 5].

З огляду на актуальність питання про удосконалення засобів і методів викладання вогневої підготовки для курсантів закладів вищої освіти зі специфічними умовами навчання поширеною практикою стало застосування інноваційних методів або нетрадиційних підходів у викладанні.

Провідною метою вогневої підготовки, зазначеною в переважній більшості освітніх програм, є формування у курсантів знань, умінь і навичок, які будуть корисними у ситуаціях необхідності застосування або використання вогнепальної зброї при зіткненні з правопорушниками, особами, які чинять збройний опір, а також є потенційно небезпечними для життя чи здоров'я поліцейського. При цьому у здобувачів вищої освіти повинно бути розуміння чинного законодавства, яке передбачає застосування або використання вогнепальної зброї. Викладач на основі моделювання ситуацій, які можуть виникнути в реальному житті під час виконання службових обов'язків, повинен закласти розуміння правових і фактичних підстав, відмежування їх одна від одної, а також сформувати певні алгоритми дій поліцейських у таких критичних ситуативних моделях. На нашу думку, серед чинної нормативно-правової бази, що регламентує застосування або використання вогнепальної зброї як одного із заходів примусу, ключовим слід визнати Закон України «Про Національну поліцію», а саме: ст.ст. 43, 46 Закону. В рамках наведених норм визначено порядок та підстави застосування заходів примусу із конкретизацією на вогнепальну зброю. Зокрема, у ст. 46 визначені випадки застосування вогнепальної зброї з попередженням про застосування, без попередження про застосування та випадки використання вогнепальної зброї як визначальні правові підстави [2].

Крім цього, законодавець передбачає випадки використання вогнепальної зброї: «для подання сигналу тривоги або виклику допоміжних сил, або для знешкодження тварини, яка загрожує життю чи здоров'ю поліцейського та інших осіб» тощо [1]. Із наведених підстав слід вивести судження про певну послідовність законодавця у визначенні підстав для застосування та використання вогнепальної зброї, про що викладач повинен сформулювати розуміння у здобувачів вищої освіти в рамках викладання курсу з вогневої підготовки. Курсанти зобов'язані вивчити дослівно формулювання підстав, закладених у відповідних нормах Закону України «Про Національну поліцію», однак, незважаючи на це, вони повинні розуміти їх та правильно застосовувати в різних ситуативних моделях. Це вже стосується інтелектуальної та психологічної складової, адже виникнення небезпеки в будь-якому випадку є стресовим фактором, навіть для тренуваної людини. В рамках вогневої підготовки вивчається чимало тематичних розділів, зокрема заходи безпеки при поводженні зі зброєю, матеріальна частина, правила експлуатації, основи стрільби або особливості виконання вправ.

Однак актуальною складовою в рамках вивчення курсу з вогневої підготовки залишається психологічна підготовка курсанта до виконання даних вправ та взагалі безпечного поводження зі зброєю, адже цілком природним є відчуття здобувачем певних емоційних переживань під час роботи з вогнепальною зброєю. Ведення стрільби з вогнепальної зброї вимагає від здобувача вищої освіти сконцентрованість та зібраність, що потребує, у свою

чергу, відсутність почуття страху або тривоги. У роботі центральної нервової системи переважають саме ці відчуття в переважній більшості здобувачів вищої освіти, перешкоджаючи тим самим нормальному виконанню вправ зі стрільби, адже вони загальмовують перебіг функціональної діяльності центральної нервової системи, викликаючи стан зайвої напруженості психіки та багатьох інших систем організму особи, яка веде стрільбу. О. Лопаєва зазначає, що «...характерними ознаками стану підвищеної емоціональної збудженості є пітливість долонь, підвищення частоти пульсу і дихання; порушення координації рухів...збільшення тремору рук і коливань зброї, погіршення зорового сприйняття» тощо. Із позиції дослідниці можна вивести твердження про негативний вплив емоційних переживань на результат стрільби, адже це впливає також на гальмування рухових навичок. Слід зауважити, що гальмування рухових навичок впливає на тривалість часу прицілювання, правильність здійснення пострілу, утримання пістолета в руці тощо [3; 4]. Саме тому для викладача важливим аспектом є звернення уваги на регуляторні аспекти між психічним станом та координацією тіла, руховими навичками. При цьому доречно наголосити, що якість даного зв'язку залежить від індивідуальних особливостей курсанта, його здатності до адаптації та керування своїм психофізичним станом під час ведення стрільби. Однак чимало вирішує наявність досвіду, який набувається в рамках практичних навчальних занять. Саме тому для викладача важливим є проведення якісних практичних занять із чергуванням методик та зверненням до принципово нових способів структурування тренувань зі стрільби.

Основними труднощами, з якими стикаються початківці-стрілки, є такі: хвилювання на вогневому рубежі; відчуття небезпеки при поводженні з бойовою зброєю; бажання абсолютно точно розташувати прицільні пристосування в точці прицілювання; самооборонний рефлекс стрілка на очікуванні звуку пострілу і віддачі зброї, який проявляється в різкому скороченні груп м'язів, що беруть участь в його утриманні, та ін [5, с. 83].

Практичні навчальні заняття покликані тренувати в курсантів спроможність протистояти природному хвилюванню та концентруватися на правильності виконання пострілу, враховуючи темпоральний аспект. До такого процесу входить і адаптування до пострілу, готовність до застосування вогнепальної зброї в реальних умовах, що потребує високого рівня готовності, а також досягнення очікуваного результату відповідно до вимог чинного законодавства. Дії із вогнепальною зброєю повинні бути виваженими та технічно грамотними в умовах стресової ситуації [4, с. 150].

Як показує практика, класичні методи не завжди є ефективними, адже останнім часом педагогіка визнає індивідуальний підхід у викладанні. Зауважимо, що кожен окремий здобувач вищої освіти потребує індивідуального підходу з боку викладача з огляду на притаманні йому особливості. Для цього на заняттях з вогневої підготовки впроваджуються різні види тренувань. Одним із таких різновидів є ідеомоторне тренування. О. Лопаєва розглядає ідеомоторне тренування як «уявне відтворення раніше вивчених і освоєних прийомів (дій, елементів), яке спрямоване на закріплення рухових навичок і підтримку того, якого навчають, стану постійної готовності до виконання певного набору дій» [6, с. 48]. Коефіцієнт корисної дії ідеомоторного тренування полягає у виробленні курсантами в процесі такого тренування чіткого уявлення у своїй свідомості окремих елементів здійснення пострілу. При цьому курсантом повинні враховуватися певні психофізичні особливості та алгоритми, як-от: м'язово-рухові, зорові та низка інших відчуттів. Слід підкреслити, що ідеомоторне тренування сприяє виробленню уважності, концентрованості на правильності виконання пострілу та швидкості реакції [7, с. 130-137].

Сутність ідеомоторного тренування полягає в тому, що за допомогою такого тренування приводиться в готовність психофізичний апарат, діяльність якого спрямована на встановлення оптимального стану нервових клітин для керування руховим апаратом та реалізації цілеспрямованих рухових навичок. Слід підкреслити, що ключовим аспектом є тренування спеціальних відчуттів, розвиток яких є необхідним для успішного ведення стрільби курсантом з вогнепальної зброї та підвищення майстерності у поводженні зі зброєю. Принагідно зауважити, що аналіз алгоритмів ідеомоторного тренування вказує на його особливості: даний вид тренування не є чимось комплексним, оскільки полягає у повторюваному виконанні окремих дій для вироблення рухових навичок та набуття автоматизму у їх виконанні. Ідея тренування полягає у концентрації на правильності виконання та відпрацюванні окремих елементів. Кожен відпрацьований елемент у своїй сукупності спрямовується на досягнення результату при стрільбі. Механізм ідеомоторного тренування полягає в уявному виконанні окремих елементів пострілу. Курсант повинен уявляти ідеальне виконання пострілу та приготування до його виконання. Викладач повинен пам'ятати, що успіх такого тренування залежить від правильно освоєних навичок та відсутності технічних недоліків у виконанні, адже спотворене відпрацювання окремих елементів негативно впливає на виконання пострілу [8, с. 157-198].

Ідеомоторне тренування полягає у зменшенні тривоги та психомоторного збудження, яке починається під час підготовки та виконання пострілу. На нашу думку, даний вид тренування в рамках вогневої підготовки є ефективним для тих здобувачів вищої освіти, які мають підвищений рівень тривожності під час виконання певних вправ. Дана методика використовується у багатьох європейських дер-

жавах та державах світу. Підготовка українських поліцейських проводиться за міжнародними стандартами та міжнародними методиками, тому в закладах вищої освіти в рамках вогневої підготовки застосовується ідеомоторне тренування, зокрема в Дніпропетровському державному університеті внутрішніх справ. Відповідно до матеріалів досліджень, які проводилися викладачами закладу вищої освіти, зазначена методика тренування довела вже свою ефективність, тому що вона спрямована на врахування індивідуальних особливостей курсантів та врівноваження їх психофізичного стану [9, с. 143-146].

**Висновки.** Вогнева підготовка є одним із пріоритетних напрямів підготовки здобувачів вищої освіти (курсантів) у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання. Відповідно до освітніх програм поліцейські, які отримують дипломи таких закладів повинні володіти певним комплексом знань, умінь і навичок. Це стосується як юридичних дисциплін, так і дисциплін тактичного спрямування. Як показує практика, класичні методи не завжди є ефективними, адже останнім часом педагогіка визнає індивідуальний підхід у викладанні. Зауважимо, що кожен окремий здобувач вищої освіти потребує індивідуального підходу з боку викладача з огляду на притаманні йому особливості. Сутність ідеомоторного тренування полягає в тому, що за допомогою такого тренування приводиться в готовність психофізичний апарат, діяльність якого спрямована на встановлення оптимального стану нервових клітин для керування руховим апаратом та реалізації цілеспрямованих рухових навичок. Слід підкреслити, що ключовим аспектом є тренування спеціальних відчуттів, розвиток яких є необхідним для успішного ведення стрільби курсантом з вогнепальної зброї та підвищення майстерності у поводженні зі зброєю.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Навчання поліцейських на початковому етапі вогневої підготовки: методичні рекомендації / кол.авт.; за заг. ред. к.ю.н., доц. Поливанюка В.Д. Дніпро: ДДУВС, 2019. 52 с.
2. Про Національну поліцію: Закон України в редакції від 15.06.2022 № 580-VIII. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/580-19#Text> (дата звернення: 25.10.2022).
3. Лопаєва О.М. Психологічна підготовка курсантів для виконання практичних вправ стрільби з бойової зброї на заняттях з вогневої підготовки в Академії митної служби. URL: [http://www.rusnauka.com/15\\_NPN\\_2009/Psihologia/46757.doc.htm](http://www.rusnauka.com/15_NPN_2009/Psihologia/46757.doc.htm).
4. Вогнева підготовка : навч. посіб. / авт.-уклад.: В. В. Федоров, П. В. Пістряк, А. Ф. Бальва, І. С. Луценко, В. В. Чумак ; за заг. ред. В. В. Федорова ; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Каф. вогн. підгот. ф-ту № 3. Харків : ХНУВС, 2019. 256 с.
5. Казначеев Д.Г., Лопаєва О.М. Особливості формування психологічної стійкості і готовності працівників поліції у процесі навчання з вогневої підготовки. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ* : науковий журнал. 2018. № 4 (97). С.82-85. DOI:10.31733/2078-3566-2018-6-82-85
6. Лопаєв О.І., Лопаєва О.М. Формування навичок уявного тренування у курсантів під час практичних занять. Матеріали 7 Міжнар. наук.-практ. конф. 27.11-05.12.2011 р. Чехія. Прага, 2011. С.47-50
7. Основи вогневої підготовки: навч. посіб. / М.М. Удяньський, І.О. Толкунов, О. О. Бондаренко, В.В. Матухно, В. М. Олекса. Х. : НУЦЗУ, 2020. 147 с.
8. Вогнева підготовка: навч. посіб. / М.М. Ляпа, В.М. Петренко, О.І. Судніков, та ін. Суми: Сумський державний університет, 2011. 283 с.
9. Волков Ю.М. Психологічні аспекти застосування вогнепальної зброї поліцейськими на ураження. *Науковий вісник Дніпропетровського державного університету внутрішніх справ*. 2017. № 4. С. 143-146.