

професійної діяльності. *Проблеми підготовки кадрів для правоохоронних органів*. 2021. № 3. С. 85–90.

4. Дьяків А. А. Особливості організації занять зі спеціальної фізичної підготовки курсантів. *Фізична культура, спорт та здоров'я нації*. 2021. Вип. 12. С. 157–161.

5. Стратегія розвитку фізичної культури і спорту в Україні на період до 2028 року. URL: <https://www.kmu.gov.ua/npas/pro-strategiiu-rozvytku-fizychnoi-kultury-i-sportu-v-ukraini-na-period-do-2028-roku>.

6. Про затвердження Положення про організацію фізичної підготовки та спорту в Національній поліції України : наказ МВС України від 15.12.2017 № 1024. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0020-18#Text>.

7. Ткаченко П. І., Гуменюк О. В. Вплив спеціальної фізичної підготовки на службову діяльність поліцейських. *Вісник Черкаського інституту пожежної безпеки*. 2022. № 4. С. 73–78.

8. Кондратюк В. Г. Вдосконалення фізичної підготовки курсантів у системі професійної підготовки правоохоронців. *Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту*. 2021. № 3. С. 105–109.

Сергій Петренко

викладач кафедри спеціальної фізичної
підготовки Дніпровського державного
університету внутрішніх справ

ГЕНДЕРНІ ОСОБЛИВОСТІ ОРГАНІЗАЦІЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ КУРСАНТІВ ЗВО МВС УКРАЇНИ

У контексті трансформації системи вищої освіти України особливої актуальності набуває питання удосконалення фізичної підготовки у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання (ЗВО СУН), зокрема таких, що здійснюють підготовку майбутніх правоохоронців. Специфіка професійної діяльності випускників цих закладів передбачає не лише високий рівень правової обізнаності та моральної стійкості, але й наявність сформованих фізичних якостей, необхідних для ефективного виконання службових обов'язків у складних, а часто й екстремальних умовах. Сучасні підходи до організації фізичного виховання в ЗВО СУН мають базуватися на принципах науковості, системності, професійної спрямованості та індивідуалізації. У цьому контексті важливою складовою стає гендерний підхід, що передбачає урахування фізіологічних, психологічних та соціокультурних особливостей курсантів і курсанток. Такий підхід дозволяє підвищити ефективність навчального процесу, сприяє мотивації до занять фізичною культурою, а також забезпечує рівні умови професійного становлення здобувачів освіти незалежно від статі.

Освітній процес у ЗВО має свою специфіку, що вимагає особливого підходу до формування мотивації здобувачів до занять фізичною культурою

та спортом. На свідоме ставлення та активність здобувачів ЗВО до систематичних занять фізичною культурою і спортом впливає багато чинників. Це змушує НПП знати не тільки гендерні особливості, індивідуальний рівень фізичної підготовленості здобувачів ЗВО, а й бути обізнаними щодо вікових особливостей та мотиваційної сфери курсантів і слухачів [1]. Відповідний рівень фізичної підготовленості повинен бути досягнутий на певному етапі бойової підготовки, тому що цей рівень фізичної підготовленості під час фізичної підготовки формується за своїми специфічними закономірностями, а організація фізичної підготовки має враховувати динаміку й особливості прикладних фізичних якостей військовослужбовців [2]. Зважаючи на це, удосконалення системи фізичної підготовки у ЗВО СУН має відбуватись із залученням сучасних педагогічних технологій, інноваційних методик тренувань та диференційованого підходу до навантаження. Особливо актуальним є впровадження індивідуальних програм фізичного розвитку, які базуються на результатах первинного тестування, поточного моніторингу фізичного стану та рівня підготовленості здобувачів освіти. Такі програми повинні бути адаптовані не лише до статі, а й до функціонального стану, спортивного досвіду, типу соматотипу, психоемоційної стійкості та майбутньої професійної спеціалізації курсантів. Урахування гендерних відмінностей є ключовим чинником у підвищенні ефективності освітнього процесу з фізичної підготовки, оскільки чоловіки і жінки мають різні фізіологічні передумови до розвитку певних фізичних якостей. Наприклад, жінки, як правило, мають нижчі показники сили верхнього плечового пояса, але демонструють вищу гнучкість і більшу стійкість до динамічного навантаження середньої інтенсивності. Це потребує варіативності у підборі вправ, дозуванні навантажень і визначенні нормативів із урахуванням цих особливостей. Застосування професійно орієнтованих фізичних вправ, включення ситуаційних завдань, елементів спеціальної тактико-фізичної підготовки та елементів психофізіологічного тренінгу створює умови для цілісної підготовки курсантів до реальних службових ситуацій. Такий підхід не лише забезпечує високий рівень фізичної підготовленості, але й сприяє адаптації до стресових факторів оперативної діяльності, підвищенню витривалості, рішучості та впевненості в екстремальних умовах. Основним завданням фізичної підготовки є розвиток загальної та спеціальної витривалості, сили, координації та психологічної стійкості.

Систематичне впровадження методів інтегрованого тренування сприяє адаптації організму до екстремальних умов. Зокрема, як зазначається у дослідженнях, сучасні методики тренувань дозволяють значно поліпшити фізичні показники військовослужбовців, що забезпечує їхню готовність до виконання складних оперативних завдань [3, с. 254]. Сьогодні потрібні кваліфіковані фахівці у конкретних галузях діяльності – справжні професіонали у своїй справі. Сформований для цих цілей у системі вищої

освіти МВС комплекс спеціальностей, спеціалізацій та профілів підготовки (їх перелік постійно коригується, з'являються нові напрями підготовки) зумовлює необхідність диференційованого підходу у навчанні, що враховує весь спектр особливостей майбутньої службової діяльності випускників [4]. Ураховуючи виклики, які ставить перед майбутніми фахівцями правоохоронної сфери сучасне безпекове середовище, особливу увагу треба приділяти формуванню у здобувачів вищої освіти таких якостей, як стресостійкість, швидкість реакції, рішучість, здатність до тривалих фізичних і психоемоційних навантажень. Це вимагає поєднання класичних і новітніх методик фізичної підготовки, зокрема залучення елементів функціонального тренінгу, ситуаційного моделювання, командної роботи у змінному середовищі.

Отже, ефективна організація фізичної підготовки у закладах вищої освіти зі специфічними умовами навчання вимагає комплексного, науково обґрунтованого та професійно орієнтованого підходу. Врахування гендерних, вікових, психофізіологічних особливостей здобувачів освіти, впровадження індивідуалізованих програм, сучасних методик тренування та інноваційних форм роботи дозволяє не лише підвищити рівень фізичної готовності курсантів і студентів, але й забезпечити їхню здатність ефективно діяти в умовах стресу, ризику та фізичних навантажень, характерних для службової діяльності в правоохоронних органах. Врахування потреб майбутньої професійної спеціалізації та постійне оновлення змісту підготовки відповідно до викликів сучасності є запорукою формування конкурентоспроможних і всебічно підготовлених фахівців.

Список використаних джерел

1. Великий Ю. М. Шляхи удосконалення фізичної підготовки здобувачів закладів освіти із специфічними умовами навчання : матеріали Всеукраїнської науково-практ. конф. ДДУВС, 2023. С. 190.
2. Бородін Ю. А. Організація та зміст фізичної підготовки курсантів у період початкової військової підготовки : метод. рек. Житомир : ЖВІРЕ, 2003. 44 с.
3. Терентьева Н. О., Радченко Ю. І. Зміст і форми спеціальної фізичної підготовки військовослужбовців сил безпеки і оборони України.
4. Буток О. В., Єрмоменко Е. А., Болтівець С. І. Бойовий хортинг як засіб фізичної і психологічної підготовки та формування професійних якостей курсантів і працівників правоохоронних органів. *Теорія і методика хортингу* : зб. наукових пр. Київ : Паливода А. В., 2019. Вип. 11. С. 220–231.