

## РОЗДІЛ V

### ПІДГОТОВКА ФАХІВЦІВ СИСТЕМИ ПРОФЕСІЙНОЇ ЮРИДИЧНОЇ ОСВІТИ В ЗАКЛАДАХ ВИЩОЇ ОСВІТИ ІЗ СПЕЦИФІЧНИМИ УМОВАМИ НАВЧАННЯ

---

УДК: 373.011.3 – 057.87

DOI: <https://doi.org/10.32366/2523-4269-2022-79-2-178-185>



**Зубченко Людмила Вікторівна**,  
кандидатка педагогічних наук, доцентка  
(Донецький державний університет  
внутрішніх справ, м. Кривий Ріг)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8173-086X>

**Голик Володимир Анатолійович**,  
старший викладач  
(Донецький державний університет  
внутрішніх справ, м. Кривий Ріг)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8879-4025>

### УРАХУВАННЯ ГЕНДЕРНОГО ПІДХОДУ У ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ ДІВЧАТ-КУРСАНТОК



У статті головну увагу приділено питанням фізичної підготовки дівчат-курсанток Донецького державного університету внутрішніх справ. Метою статті є обґрунтування доцільності ефективного впливу умов організації фізичної підготовки дівчат-курсанток із використанням гендерного підходу на підвищення рівня їх загальної фізичної підготовленості. Зазначено, що фізична підготовка жінок-поліцейських – це комплекс заходів, спрямований на формування та вдосконалення рухових умінь і навичок, розвиток фізичних якостей та здібностей з урахуванням особливостей професійної діяльності. Також наголошено на недопуценні уніфікації змісту фізичної підготовки чоловічого та жіночого контингенту. Визначено, що система фізичної підготовки дівчат-курсанток буде ефективною завдяки використанню гендерного підходу. За результатами експерименту встановлено, що дотримання умов організації занять з фізичної підготовки із застосуванням гендерного підходу має позитивний вплив на показники розвитку фізичних якостей у дівчат: сили, витривалості, гнучкості, спритності, а також у цілому на загальний рівень фізичної підготовленості курсанток.

**Ключові слова:** фізична підготовка; дівчата-курсантки; гендерний підхід; фізичні вправи; система МВС України.

**Постановка проблеми.** За сучасними тенденціями реформування системи вищої освіти в Україні особливу увагу приділено необхідності вивчення та осмислення різних аспектів гендерної проблематики, у тому числі формування гендерної ідентичності курсантів різних закладів вищої освіти (далі – ЗВО) у процесі фізичної підготовки [1, с. 243].

Крім проблеми покращення рівня фізичної підготовки майбутніх правоохоронців, актуальності набуває питання фізичної підготовки жінок-курсанток, які за своїм фізіологічним та психічним складом повністю відрізняються від чоловіків. Останнє постає так гостро через збільшення кількості осіб жіночої статі, які навчаються у ЗВО системи МВС України і в подальшому будуть призначені на посади в органах Національної поліції України [2, с. 243]. За даними Національної поліції України, кількість жінок в органах та підрозділах служби цивільного захисту становить 12,5 % загальної чисельності, в апараті Державної служби з надзвичайних ситуацій – 47,2 %. У Держприкордонслужбі 24 % особового складу – жінки, з яких 13 % – офіцери. У структурі Національної поліції працює 21,8 % жінок. Відсоткове співвідношення кількості військовослужбовців-жінок у Нацгвардії до кількості військовослужбовців-чоловіків становить 6,2 % [2, с. 12].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Як свідчить аналіз науково-методичної літератури, основні питання спеціальної фізичної підготовки правоохоронців у ЗВО системи МВС України розглядалися в наукових працях таких учених, як Ю. Бородин, І. Закорко, О. Камаєв, М. Корольчук, Г. Ложкін, С. Романчук, Ю. Сергієнко та ін. Про актуальність наукового вирішення проблеми підвищення рівня спеціальної фізичної підготовленості та фізичної працездатності жінок ідеться в багатьох наукових дослідженнях (В. Добровольський, Т. Круцевич, М. Линець, А. Магльований, В. Пічугін).

У роботах О. Боярчука, С. Романчука доведено, що результати цілеспрямованої фізичної підготовки підвищують тренованість організму, що сприятливо впливає на вдосконалення різних функцій організму, у тому числі психічних [3]. Отже, фізична підготовка є важливим чинником, який поліпшує рівень здоров'я і працездатності працівників системи МВС України, а також сприяє оволодінню професією. Проте, як стверджує Р. Раєвський, найбільшу користь фізичні вправи принесуть лише за умови, якщо поряд із вирішенням першочергового завдання – усебічного фізичного розвитку – буде здійснюватися і прикладна фізична підготовка, спрямована на підвищення рівня рухової активності та в цілому продуктивності праці.

Аналіз наукових публікацій, що стосуються питання врахування гендерного підходу до фізичної підготовки студентів та курсантів ЗВО України, указує на відсутність теоретичних напрацювань щодо ефективності підготовки дівчат-курсанток у ЗВО системи МВС України з урахуванням гендерного підходу, що й обумовлює актуальність цього наукового дослідження.

**Формулювання цілей статті (постановка завдання).** Метою статті є обґрунтування позитивного впливу умов організації фізичної підготовки дівчат-курсанток із використанням гендерного підходу на підвищення рівня їх загальної фізичної підготовленості.

**Виклад основного матеріалу.** Професія поліцейського – одна з найбільш важливих, відповідальних і насамперед небезпечних професій у світі. Тому до кандидатів висувають дуже жорсткі вимоги, невідповідність яким суттєво впливає на

оцінку діяльності поліції в цілому. Однією зі специфічних та найважливіших вимог є високий рівень фізичної підготовки майбутнього правоохоронця [2, с. 5].

Мета фізичної підготовки жінок-поліцейських полягає у збереженні здоров'я, творчої і трудової активності, забезпеченні належного рівня фізичної готовності та всебічному розвитку фізичних якостей, набутті теоретичних знань, формуванні спеціально-прикладних та життєво важливих умінь і навичок, необхідних для виконання оперативно-службових завдань. Завдання фізичної підготовки висвітлюють і конкретизують її мету. При цьому кожне завдання передбачає відповідну частину цільової настанови. Під час формулювання завдань урахуються специфічні функції фізичної підготовки, конкретні вимоги до фізичного стану поліцейського та низка інших умов [4; 5].

Фізична підготовка у ЗВО системи МВС України невід'ємно пов'язана з процесами, які відбуваються в суспільно-політичному просторі та соціально-економічному житті держави. Досвід правоохоронної діяльності свідчить про те, що недооцінка важливості фізичної готовності особового складу нерідко призводить до травмувань, поранень та загибелі правоохоронців під час виконання службових завдань [4].

Фізична підготовка дівчат-курсанток Донецького державного університету внутрішніх справ (далі – ДонДУВС) організовується та проводиться впродовж усього періоду навчання під час вивчення дисципліни «Спеціальна фізична підготовка» (далі – СФП) і здійснюється в таких формах: навчальні заняття (лекції, теоретичні та практичні заняття) і позанавчальні заняття (спортивно-масова робота, ранкова гімнастика (зарядка), самостійні (індивідуальні або групові) фізичні тренування). Навчальна програма з цієї дисципліни включає засвоєння таких тематичних розділів, як загальна фізична підготовка, тактика самозахисту й особиста безпека майбутнього правоохоронця. Її зміст охоплює теоретичні знання з методики розвитку фізичних якостей, практичні навички застосування заходів фізичного впливу з використанням спеціальних засобів.

Основною формою навчальних занять із дисципліни СФП є практичні заняття. Вони є ключовою формою підготовки майбутніх жінок-поліцейських до виконання оперативно-службових завдань. Тематичний розділ з дисципліни СФП під назвою «Загальна фізична підготовка» для дівчат-курсанток складається з вивчення комплексу гімнастичних і легкоатлетичних вправ (зважаючи на пору року та кліматичні умови). Заняття з гімнастики проводяться задля розвитку сили, спритності, швидкості, витривалості, координації рухів, орієнтації у просторі, стройової виправки дівчат-курсанток. Її зміст становлять загальнорозвивальні вправи, комплексні силові вправи (далі – КСВ), гімнастично-силовий та акробатичний комплекси, вправи на тренажерах (атлетична гімнастика). Заняття з легкої атлетики з дівчатами-курсантками проводяться на стадіоні чи спортивному майданчику, де є бігова доріжка. Зміст таких занять передбачає загальнорозвивальні вправи, вправи з бігу на дистанцію 100 м, 1000 м, 3000 м, човниковий біг 10 x 10 м.

Тематичний розділ із дисципліни СФП під назвою «Заняття з тактики самозахисту й особистої безпеки» передбачає формування в дівчат-курсанток навичок самозахисту, обеззброєння та затримання осіб, що порушують публічний порядок, загрожують особистій безпеці громадян і працівника поліції. Вони зазвичай спрямовані на розвиток сили, витривалості, гнучкості, а також виховання в дівчат-курсанток сміливості, рішучості, ініціативи та впевненості у власних силах. Згідно

з програмою навчальної дисципліни СФП, прийоми самозахисту та фізичного впливу включають елементи рукопашного бою, боротьби самбо, боксу. Здобувачки вищої освіти мають оволодіти всіма прийомами боротьби та рукопашного бою, повинні адекватно розуміти,

коли, як і де використовувати ці прийоми в оперативно-службовій діяльності в майбутньому.

Як правило, навчальні заняття з фізичної підготовки з дівчатами-курсантками проводяться в спортивному залі зі спеціальним покриттям (борцівський килим) з використанням спеціальних засобів або без них. Їх зміст визначається метою, завданнями, обсягом навчального матеріалу з урахуванням вікових груп та курсів підготовки.

Сучасна система фізичної підготовки заснована на широкому використанні наукових досягнень не тільки у сфері соціальних, педагогічних і природничих наук, а й низки спеціальних дисциплін, що належать до фізичної культури та спорту. Усе більшого розмаху набуває пошук найбільш ефективних методів занять відповідно до вікових, статевих та індивідуальних особливостей людей [2; 4]. У такій ситуації зростає значущість гендерного підходу як необхідного компонента успішної соціальної адаптації молоді. У контексті розширення євроінтеграційного простору він є важливим чинником формування гендерної культури хлопців і дівчат та забезпечення найповнішої самореалізації їх як особистостей у різних сферах суспільного життя [6; 7].

Упровадження гендерного підходу в освіту потрібно розуміти як розширення життєвого простору для розвитку індивідуальних здібностей і задатків кожної дитини, вивільнення мислення педагогів від статево-рольових стереотипів. Як наголошує директор Інституту інноваційних технологій і змісту освіти К. Лемківський, «гендерний підхід – це відносно нова фундаментальна стратегія досягнення рівності між статями, яка не заміняє традиційного розуміння політики, що здійснюється в інтересах рівності між чоловіками та жінками. Згідно з таким підходом, для досягнення рівності політичні дії організуються як процес урахування відмінностей між статями, а не “зрівнялівки”» [6, с. 66].

Ефективність навчання курсантів та курсанток у ЗВО системи МВС України залежить від рівня розвитку фізичних і психофізіологічних якостей, рухових умінь і навичок, сформованих шляхом систематичного виконання фізичних і спеціальних вправ, адекватних вимогам, пропонованим характером та умовами професійної праці [4, с. 28]. Водночас система фізичної підготовки дівчат-курсанток повинна враховувати фактори, що визначають розходження у змісті, методиці та спрямованості підготовки жінок і чоловіків. Навіть добре фізично розвинена дівчина, жінка повинна тренуватися інакше, ніж юнак, чоловік [5, с. 72].

Експериментальна робота здійснювалася на базі Донецького державного університету внутрішніх справ (м. Кривий Ріг) викладачами кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки з дівчатами-курсантками. Протягом усього педагогічного експерименту (один навчальний семестр – з вересня по грудень 2021–2022 навчального року) проводилися спостереження (як власні, так і викладачами кафедри) за фізичним станом дівчат, їх відвідуванням практичних занять із фізичної підготовки.

Основний акцент у роботі ставили на правильний вибір методики підготовки дівчат-курсанток, що проявляється у підборі комплексу вправ, спрямованих на

розвиток м'язової системи, необхідних саме для жінки (зادля залишення жіночого вигляду та статури), а також у підборі спеціальних прийомів затримання злочинця і самозахисту. Хоча треба зазначити, що сьогодні в ДонДУВС на практичних заняттях курсанти-чоловіки та курсантки-дівчата вивчають однакову систему прийомів. Але варто зауважити, що дієвість деяких із прийомів на практиці є сумнівною, адже не всі прийоми, які вивчають дівчата-курсантки, вони зможуть використати через свої фізичні якості (зріст, вагу, силу).

В основу експериментальної методики викладачами кафедри було покладено такі етапи:

– I етап – адаптація (вересень). Основне завдання: удосконалення загальної фізичної підготовленості дівчат-курсанток;

– II етап – професійно-прикладна фізична підготовка (жовтень – листопад). Основне завдання: формування прикладних фізичних навичок у дівчат для виконання завдань за призначенням майбутньої професійної діяльності;

– III етап – удосконалення функціональної підготовленості (листопад – грудень). Завдання: підвищення показників фізичного здоров'я, функціонального стану, формування мотивації курсанток до самостійних занять фізичними вправами.

На кожному етапі відповідно до опитувань дівчат-курсанток та наявної матеріальної бази викладачами кафедри пропонувалося також виконувати новітні програми фізичного вдосконалення, такі як фітнес, степ-аеробіка, кросфіт. Рівень фізичної підготовленості курсанток оцінювали за результатами поточної успішності й підсумкових заліків та іспитів з дисципліни СФП. Зважаючи, що впровадження гендерного підходу в процес фізичної підготовки потрібно розуміти як розширення життєвого простору для вдосконалення особистих задатків та здібностей кожної людини, для досягнення рівності, заняття повинні організовуватися з урахуванням відмінностей між статями, а не «зрівняння». Тому на першому етапі було обрано гімнастику, вправи для розвитку статичної витривалості, вправи зі скакалкою, спортивні ігри (які викликали жвавий інтерес та зацікавленість здобувачок).

Фізична підготовка на етапі професійно-прикладної фізичної підготовки більшою мірою була спрямована на вдосконалення в дівчат-курсанток важливих професійно-прикладних якостей: рухової координації, швидкості, точності реакції, емоційної стійкості. З огляду на те, що дівчата суворо слідкують за своїм зовнішнім виглядом та здоров'ям, хочуть завжди виглядати жіночно й бути підтягнутими, до змісту другого етапу викладачі кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки включали акробатичні вправи, вправи з фітнесу та степ-аеробіки, елементи фізичних вправ із кросфіту, а також спортивні ігри (вправи, виконання яких сприяло підвищенню мотивації та зацікавленості дівчат у таких заняттях). Фізична підготовка на третьому етапі була спрямована на підтримання оптимального рівня загальної та прикладної фізичної підготовленості дівчат, а також формування функціональної підготовленості дівчат-курсанток до виконання завдань за призначенням. До змісту входили спеціально підібрані фітнес-програми за вибором дівчат і спеціальні комплекси гімнастичних та акробатичних вправ. Наприкінці експерименту майже всі дівчата-курсантки відзначили позитивний вплив системи фізичної підготовки на вдосконалення фізичних якостей та підвищення рівня фізичної підготовленості в цілому.

Опитування наприкінці експерименту (грудень 2021 року) показало, що відвідування дівчатами-курсантами додаткових занять із фізичної підготовки

(з елементами фітнесу, степ-аеробіки) збільшилося майже на 50 % порівняно з початком навчального року (вересень 2021 року). Також збільшилася кількість дівчат-курсанток, які стали систематично звертатися до викладачів кафедри спеціальної фізичної та домедичної підготовки з метою отримання консультації щодо змісту індивідуальних занять із фізичної підготовки.

Таким чином, дані експериментальної роботи свідчать про ефективність запропонованих умов організації фізичної підготовки дівчат-курсанток із використанням гендерного підходу.

**Висновки.** Результати багатьох досліджень показують, що цілеспрямована фізична підготовка підвищує тренованість організму та сприятливо впливає на вдосконалення різних функцій організму, у тому числі психічних. Насамперед це пов'язано з тим, що фізична підготовка є важливим чинником, який поліпшує рівень здоров'я і працездатності працівників системи МВС України, а також сприяє оволодінню професією.

Також необхідно зазначити, що ефективність навчання курсантів та курсанток у ЗВО системи МВС України залежить від рівня розвитку фізичних і психофізіологічних якостей, рухових умінь та навичок, сформованих шляхом систематичного виконання фізичних і спеціальних вправ, адекватних вимогам, пропонованим характером та умовами професійної праці. Водночас система фізичної підготовки дівчат-курсанток повинна враховувати фактори, що визначають розходження у змісті, методиці та спрямованості підготовки жінок і чоловіків. Уважаємо, що найбільш сприятливим для дівчат-курсанток є вивчення фізичного блоку, у якому взяті до уваги статеві особливості дівчат. Отже, аналізуючи роботу із застосування запропонованих умов, можна констатувати, що вся система фізичної підготовки жінок в освітніх закладах МВС України має базуватися на чіткій науковій основі з урахуванням специфіки їх майбутньої професійної діяльності й бути спрямованою на підвищення рівня загальної фізичної підготовленості, а також на зміцнення здоров'я.

**Перспективи подальших розвідок** убачаємо у створенні прогресивної методики фізичної підготовки дівчат-курсанток шляхом використання гендерного підходу викладачами спеціальної фізичної підготовки.

#### Список використаних джерел

1. Логвиненко М. Л. Гендерний підхід до фізичної підготовки жінок-курсантів у закладах вищої освіти системи Міністерства внутрішніх справ України: теоретичне осмислення. *Молодий вчений* : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання, спорту і здоров'я людини. Київ, 2020. Вип. 2 (78). С. 243–246.
2. Дідковський В. А., Бондаренко В. В., Кузенков О. В. Фізична підготовка працівників Національної поліції України : навчальний посібник. Київ : ФОП Кандиба Т. П., 2019. 98 с.
3. Романчук С. В. Фізична підготовка курсантів військових навчальних закладів Сухопутних військ Збройних сил України : монографія. Львів : АСВ, 2012. 367 с.
4. Добровольський В. Б. Вплив авторської програми на фізичну підготовку курсанток-жінок. *Науковий часопис НПУ імені М. Драгоманова*. 2017. Вип. 9 (91). С. 27–30.
5. Півень О., Гордієнко О. Професійно-прикладна фізична підготовка студенток вищих гуманітарних навчальних закладів. *Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві* : зб. наук. пр. Луцьк, 2010. № 2 (10). С. 70–73.
6. Самойленко Н. І. Роль гендерного виховання у формуванні особистості школяра. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. 2014. Вип. 17. С. 65–68.

7. Bem S. L. Gender schema theory and its implications for child development: Raising gender – schematic children in a gender – schematic society. *Journal of women in culture and society*. 1983. P. 65–78.

#### References

1. Lohvynenko, M. L. (2020). Hendernyi pidkhid do fizychnoi pidhotovky zhinok-kursantiv u zakladakh vyshchoi osvity systemy Ministerstva vnutrishnikh sprav Ukrainy: teoretychne osmyslennia [Gender approach to physical training of female cadets in higher education institutions of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine: theoretical understanding]. *Molodyi vchenyi : zb. nauk. pr. z haluzi fiz. vykhovannia, sportu i zdorovia liudyny*. Vyp. 2 (78). S. 243–246 [in Ukrainian].

2. Didkovsky, V. A., Bondarenko, V. V., Kuzenkov, O. V. (2019). Fizychna pidhotovka pratsivnikiv Natsionalnoy politzii Ukrainy : navchalnyi posibnyk [Physical training of employees of the National Police of Ukraine]. Kyiv : FOP Kandyba T. P. 98 s. [in Ukrainian].

3. Romanchuk, S. V. (2012). Fizychna pidhotovka kursantiv viiskovykh navchalnykh zakladiv Sukhoputnykh viisk Zbroinykh syl Ukrainy : monohrafiia [Physical training of cadets of military educational institutions of the Land Forces of the Armed Forces of Ukraine]. Lviv : ASV. 367 s. [in Ukrainian].

4. Dobrovolskyi, V. B. (2017). Vplyv avtorskoï prohramy na fizychnu pidhotovku kursantok-zhinok [The influence of the author's program on the physical training of female cadets]. *Naukovyi chasopys NPU imeni M. Drahomanova*. Vyp. 9 (91). S. 27–30 [in Ukrainian].

5. Piven, O., Hordiienko, O. (2010). Profesiino-prykladna fizychna pidhotovka studentok vyshchykh humanitarnykh navchalnykh zakladiv [Professional and applied physical training of female students of higher humanitarian educational institutions]. *Fizychni vykhovannia, sport i kultura zdorovia u suchasnomu suspilstvi : zb. nauk. pr. № 2 (10)*. S. 70–73 [in Ukrainian].

6. Samoilenko, N. I. (2014). Rol henderneho vykhovannia u formuvanni osobystosti shkoliara [The role of gender education in the formation of the student's personality]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu*. Vyp. 17. S. 65–68 [in Ukrainian].

7. Bem S. L. (1983). Gender schema theory and its implications for child development: Raising gender – schematic children in a gender – schematic society. *Journal of women in culture and society*. P. 65–78.

#### Zubchenko Liudmyla,

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor  
(Donetsk State University of Internal Affairs, Kryvyi Rih)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8173-086X>

#### Golyk Volodymyr,

Senior Lecturer  
(Donetsk State University of Internal Affairs, Kryvyi Rih)  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8879-4025>

#### TAKING INTO ACCOUNT THE GENDER APPROACH IN THE PHYSICAL TRAINING OF CADET GIRLS

*The main attention of the article is focused on the issues of physical training of cadet girls at Donetsk State University of Internal Affairs. It is outlined that according to the current trends of reforming the higher education system in Ukraine, special attention is paid to the need to study and understand various aspects of gender issues, including the formation of gender identity among cadets in different education institutions. Physical training is an important factor that increases the level of health and efficiency of employees of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine, as well as promotes mastery of the profession. The purpose of physical training of women police officers is to maintain health, creative and labor activity, ensure the proper level of physical fitness and comprehensive development of physical qualities, acquisition of theoretical knowledge, formation of special-applied and vital skills necessary for operational and service work. Accordingly, the tasks of physical training highlight and specify its purpose. In this case, each task involves the relevant part of the target guidelines. The purpose of the article is to substantiate the feasibility of effective influence of the conditions for organization physical training of cadet girls using a gender approach. It is noted that the physical training of women police officers is a set of measures aimed at the formation and improvement of motor skills, development of physical qualities and abilities, taking into account the peculiarities of professional activity. The experimental methodology was based on certain stages: the first stage - adaptation; the aim is to improve the general physical fitness of cadet girls; the second stage - professional and applied physical training, where the*

*main task is the formation of applied physical skills for girls to perform exercises for future professional activities; the third stage - improving functional readiness. It is also noted that the unification the content of physical training for men and women is not allowed. It is determined that the system of physical training of cadet girls will be effective due to the gender approach. According to the results of the experiment, the use of conditions for organizing physical training with a gender approach has a positive effect on girls' performance in the development of such physical qualities as strength, endurance, flexibility, agility, and in general on the basic level of physical fitness.*

**Key words:** *physical training; cadet girls; gender approach; exercise; system of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine.*

Надіслано до редколегії 19.03.2022  
Рекомендовано до публікації 25.03.2022