

О. С. Панова

O. S. Panova

*Волгоградская академия МВД России,
старший преподаватель кафедры физической подготовки,
кандидат педагогических наук*

**ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ АСПЕКТЫ
ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ КУРСАНТОВ
И СЛУШАТЕЛЕЙ ЖЕНСКОГО ПОЛА
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ МВД
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ORGANIZATIONAL AND METHODOLOGICAL ASPECTS
OF THE PHYSICAL TRAINING OF FEMALE CADETS
AND STUDENTS OF EDUCATIONAL ORGANIZATIONS
OF THE MIA OF THE RUSSIAN FEDERATION**

Аннотация. В работе автором выявлено, что к женщинам — сотрудникам полиции предъявляются все более возрастающие требования к уровню их физической подготовленности, который обеспечивается совокупностью различных факторов. Особое место занимает физическая подготовка как одна из важнейших дисциплин профессиональной служебной подготовки. В ходе физической подготовки и организации тренировочного процесса формируются, совершенствуются такие физические способности, как: сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость.

Ключевые слова: сотрудники полиции женского пола МВД России, курсанты и слушатели образовательных организаций МВД России, физическая подготовка.

Summary. The author reveals that more and more demands are made on the level of their physical fitness for women — police officers, which is provided by a combination of various factors; physical training occupies a special place as one of the most important disciplines of professional service training. In the course of physical preparation and organization of the training process, such physical abilities as strength, speed, endurance, coordination, flexibility are formed, improved.

Keywords: female police officers of the Ministry of Internal Affairs of Russia, cadets and students of educational organizations of the Ministry of Internal Affairs of Russia, physical training.

Организация физической подготовки для сотрудников ОВД Российской Федерации является важной составляющей профессиональной подготовки. Она направлена на становление, укрепление и развитие физической, психологической подготовленности и работоспособности сотрудника в осуществлении профессиональных задач.

Физическая подготовленность полицейского оказывает серьезное влияние на формирование и развитие профессионально важных качеств, умений и навыков, физическое здоровье и морально-нравственную составляющую личности.

Для современного этапа развития общества характерны различные изменения, инновации в экономической, политической, социальной областях, новшества затрагивают и трудовые отношения. Женщина всё активнее становится участником традиционных мужских профессий. Бытует мнение об эмоциональной и физической слабости женского пола. Действительность доказывает обратное. Сегодня женщины активно участвуют в политической деятельности, руководят бизнесом, строительными компаниями, водят не только наземный транспорт, но и самолеты, работают в правоохранительных органах, в нефтяных и газовых компаниях.

В структурах МВД Российской Федерации для девушек множество профессий, причем не только «бумажных», но и оперативных, сегодня создаются условия для занятия различными видами деятельности. Женщина в погонах в современном обществе является всё более распространенным явлением. Три составляющие лежат в основе успешности женщины-полицейского: высшее образование, хорошее здоровье, отличная репутация.

Следует обратить внимание на сложности для женщины-полицейского. К ним мы относим следующее: высочайший уровень психологического давления и напряжения на работе; наличие ненормированного рабочего дня; беспрекословное выполнение приказов; строгое подчинение уставу; непринадлежность самой себе.

На наш взгляд, особое внимание в образовательных организациях МВД РФ следует отдавать физической подготовке лиц женского пола, как женщин-сотрудников, так и женщин-курсантов.

Физическую подготовку женского пола в образовательных организациях МВД РФ анализировали различные исследователи [1; 2; 3; 4; 5].

Нами выделены особенности физической подготовки сотрудников и курсантов женского пола:

1. Женщина имеет отличное от мужчины физическое и психофизиологическое развитие.

2. Женщине как личности присущи: оптимизм, мотивированность достижения высоких результатов, самоорганизация и самореализация, высокий уровень уверенности и быстроты принятия решения в различных ситуациях.

3. Уровень владения боевыми приемами борьбы не отвечает предъявляемым требованиям профессиональной деятельности.

4. Лица женского пола не обладают достаточной стрессоустойчивостью и высокой степенью проявления волевого усилия.

5. Выполнение заданий в ходе физической подготовки осуществляется под влиянием эмоциональной составляющей.

6. При выполнении заданий доминирующим моментом является чувство самосохранения. Зачастую нерешительность, трусость могут повлиять на оценку той или иной ситуации.

В образовательных организациях МВД Российской Федерации к лицам женского пола предъявляются достаточно высокие требования. Для того чтобы соответствовать им, женщина должна иметь серьезный запас физических, психологических, внутренних (духовных) сил. Это прежде всего физическое здо-

ровье, жизненный тонус, индекс здоровья, также необходимы регулярные занятия различными видами спорта и физическая подготовка. Сила воли, сила духа, жизненная энергия, самоконтроль, целеустремленность позволяют женщине-сотруднику достигать высокого уровня совершенства, в том числе и в физической подготовке.

Регулярные физические упражнения способствует перестройке функционального действия организма, позволяют вырабатывать у женщин стрессоустойчивость, а также высокую степень проявления волевого усилия.

Обратим внимание на особенности тренировочного процесса женщин-сотрудников, женщин-курсантов:

1. Индивидуализация процесса тренировок.
2. Учет возрастных, физиологических, психологических особенностей.
3. Контроль и самоконтроль самочувствия.
4. Учет объема и интенсивности тренировки.
5. Индивидуальный подбор упражнений.
6. Учет биологического ритма организма женщины.
7. Учет специфики профессиональной деятельности.

Таким образом, следует заключить, что к женщинам — сотрудникам полиции предъявляются высокие требования к уровню их физической подготовленности, который обеспечивается совокупностью различных факторов. Особое место занимает физическая подготовка как одна из важнейших дисциплин профессиональной служебной подготовки. В ходе физической подготовки и тренировочного процесса формируются, совершенствуются такие физические способности как сила, быстрота, выносливость, координация, гибкость.

1. Кушнарёва Д. В. К вопросу физической подготовки женщин-сотрудников правоохранительных органов // Актуальные проблемы физической культуры и спорта курсантов, слушателей и студентов. Орёл, 2016. С. 184–186. [Вернуться к статье](#)

2. Макеева В. С., Баркалов С. Н., Алдошин А. В. Физическая подготовка курсантов женского пола, обучающихся в вузах МВД России, направленная на развитие профессионально важных качеств // Педагогический журнал. 2017. Том 7. № 2А. С. 26–35. [Вернуться к статье](#)

3. Моськин С. А. Некоторые аспекты воспитания силы на занятиях по физической подготовке женщин сотрудников ОВД // Наука и практика. 2014. № 2 (59). С. 177–180. [Вернуться к статье](#)

4. Полянский В. П. Формирование теории и совершенствование практики профессионально-прикладной физической культуры как особого социокультурного образования // Теория и практика физической культуры. 2008. № 5. С. 12–17. [Вернуться к статье](#)

5. Романова В. В. Служба женщин в органах внутренних дел (правовые и организационные аспекты) : автореф. дис. ... канд. юр. наук : 12.00.11 / Акад. управления МВД России. М., 2007. 24 с. [Вернуться к статье](#)