

УДК 796.06

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА У СТУДЕНТОВ УВО
С УЧЕТОМ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ****Е. В. ПЕХОВА***(Представлено: канд. ист. наук, доц. Е. Н. БОРУН, О. Ю. ЛУТКОВСКАЯ)*

Автор статьи рассматривает инновационный подход к построению процесса профессиональной подготовки студентов, предлагая повысить качество подготовки за счет повышения практикоориентированности образовательного процесса на дисциплине "Физическая культура" у современных студентов в условиях УВО. Существующая система образования должна быть комплексной и учитывать не только биологические, психофизические, экономические, экологические факторы, но также учитывать профессиональную направленность согласно будущей профессии. Проанализирована научная литература, рассмотрены различные точки зрения по поводу связи физической подготовки с освоением будущей профессии.

Современный УВО как профессиональная образовательная система проходит этап модернизации: обновляется содержание, внедряются новые педагогические технологии. Актуальными становятся такие направления деятельности УВО, как инновационное образование, многоуровневая подготовка специалистов, которая бы обеспечивала личностную комфортность, профессиональную эффективность и социальную востребованность во всех сферах жизнедеятельности [1]. В модернизации белорусского образования, главным образом, акцент делается на качество, которое должно обеспечить в условиях УВО, высокий уровень профессиональной подготовленности специалистов, соответствующий возросшим требованиям рынка труда. С вышесказанного становится, очевидно, что повысилась и важность профессиональной направленности содержания подготовки специалистов с высшим образованием. Это в полной мере можно отнести и к содержанию профессионально-прикладной физической подготовки студентов.

На актуальность и значимость данной проблемы указывает принятая государственная программа «Образование и молодежная политика» на 2016-2020 годы» (утверждена постановлением Совета Министров Республики Беларусь №250 от 28 марта 2016 года), предусматривается система мер и мероприятий, направленных на формирование практических умений, разработку и внедрение инновационных научных технологий в практику физического воспитания населения и спортивной подготовки [2].

Анализ научной литературы показал, что вопросам физической подготовки, связанным с освоением будущей профессии, уделяли внимание многие отечественные исследователи (Т. А. Зенкова, А. М. Гендин, С. С. Коровин, Н. Л. Иванова, В. В. Титов и другие ученые). С точки зрения В.В. Титова, «продуктивность профессионально-прикладной физической подготовки специалистов зависит от уровня сформированное у них личностной физической культуры, способствующей становлению устойчивой и долгосрочной установки на здоровый образ жизни и созданию условий для развития важных для них физических и психофизиологических качеств и умений» [3, с. 8]. Т. А. Зенкова считает, что «методика профессионально ориентированного физического воспитания студентов, будущих специалистов, будет эффективной и педагогически оправданной, если на этапах профессионального обучения физическое воспитание будет представлять собой целостную систему, включающую академические занятия (теоретические, методические, практические), обеспечивающие широкое использование средств профессионально-прикладной физической культуры, учитывающих специфику производственной деятельности» [4, с. 4]. Таким образом, эффективность профессионально-ориентированной физической подготовки в УВО значительно повысится, если методика профилированной подготовки будущих специалистов будет базироваться как на развитии профессионально значимых свойств и качеств, так и на формировании личностной физической культуры, обуславливающей стойкий интерес к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом, создавая тем самым предпосылки для профессионального становления и развития личности.

Изучение специфики различных факультетов и их специальностей, позволяет содержательно обогатить учебную программу по физической культуре различными видами спорта и нетрадиционными видами физических упражнений для каждого из факультетов УВО и тем самым предупредить о возможных профессиональных заболеваниях.

Необходимость введения различных элементов в содержание физического воспитания можно обосновать по четырем критериям:

- физиологические особенности на основе медицинского осмотра;
- психологические характеристики студентов на основе результатов обследования психолога;
- отбор элементов в содержание физического воспитания по профессиональной ориентации;
- мотивационная направленность на основе анкетирования, опросов и специальных тестов.

Рассмотрим, обоснование применения новых элементов физического воспитания на дисциплине «Физическая культура» для различных факультетов и специальностей.

На факультетах информационные технологии (специальности: вычислительные машины, системы и сети; геоинформационные системы; информационные системы и технологии; программируемые мобильные системы; программное обеспечение информационных технологий) и финансово-экономическом (специальности: бухгалтерский учет, анализ и аудит; логистика; социальные коммуникации; финансы и кредит; экономика и управление на предприятии; электронный маркетинг). Студенты вышеперечисленных специальностей в течение рабочего дня 6-8 часов проводят сидя, уже через 2-3 года у них начинают проявляться симптомы профессиональных заболеваний: плохая работа желудочно-кишечного тракта, боли в спине, повышенное давление и т.д. Знание о профессиональных заболеваниях позволяет заранее подобрать комплекс физических упражнений, выполняя который можно снизить отрицательные влияния профессии.

На гуманитарном и инженерно-строительном факультетах (специальности: архитектура, дизайн, физическая культура, дошкольное образование, история, обслуживающий труд и изобразительное искусство, практическая психология и т.д.). Будущих учителей необходимо обучать на занятиях физической культуры основам аэробики, восточных танцев, дыхательной гимнастики и ритмики. Упражнения дыхательной гимнастики положительно влияют на органы дыхания, в свою очередь, танцы и ритмические упражнения развивают координационные способности. Студенты специальности «Дошкольного образования» нужно заниматься помимо различных видов основной программы по физической культуре разнообразными подвижными играми и различным видам гимнастики.

На гуманитарном (специальности: история, романо-германская философия), информационных технологий (специальности: геодезия) факультетах было бы разумно совершенствовать системы физического воспитания по двум направлениям. Для студентов специальностей «история» и «геодезия» в содержание физического воспитания благоразумно включать занятия туризмом, включая спортивное ориентирование, греблю на байдарках, скалолазание. Занятия различными видами туризма развивают студентов для активного участия их в экспедициях и различных поисках.

На инженерно-строительном факультете (автомобильные дороги; водоснабжение, водоотведение и охрана водных ресурсов; промышленное и гражданское строительство; теплогазоснабжение, вентиляция и охрана воздушного бассейна; экспертиза и управление недвижимостью) выполняются все виды операторской работы, требующего быстроты реакции, хорошей координации движений, развития внимания, а также повышенная общая выносливость и сила отдельных мышечных групп, ловкость. Следовательно, становится существенно важным заблаговременное акцентирование, именно специальное формирование этих прикладных качеств.

По общему мнению, (физиологов, психологов труда, педагогов) все составляющие трудового акта тренируемы (мышечная сила, выносливость, быстрота, координация, различные виды внимания, реакция выбора и др. психофизиологические качества). Общеизвестно, что психофизиологические основы труда и спорта едины. Поэтому можно использовать механизмы тренировки и адаптации, разработанные в спорте на подготовку к трудовой деятельности. Благодаря этому именно на занятиях физической культурой и спортом можно моделировать трудовые процессы и элементы трудовой деятельности, т.е. путем сочетания различных упражнений, элементов или целостных видов спорта направлено готовить человека к предстоящей профессиональной деятельности. Такое моделирование проводится на основе изучения целого ряда факторов [5, 74 с].

Основными являются:

- формы (виды) труда специалистов данного профиля;
- условия и характер их труда;
- режим труда и отдыха;
- особенности динамики работоспособности в процессе труда и специфика их профессионального утомления и заболеваемости.

Условия труда, под которыми понимается продолжительность рабочего времени, комфортность производственной сферы, в том числе наличие профессиональных вредностей и др., во многом определяют подбор средств физической культуры и спорта для достижения и сохранения высокой работоспособности и трудовой активности человека. А, следовательно, влияет на конкретное содержание профессионально-прикладной физической подготовки /ППФП/ специальности [5, 77 с]. Например, многие буровые и строительные бригады работают вахтовым способом по 12 часов при повышенной влажности, шуме и вибрации. А специалисты по радиоэлектронике и автоматике, экономисты, программисты вынуждены трудиться в условиях гипокинезии (недостатка движений) перед экраном монитора.

Режим труда и отдыха оказывает прямое влияние на характер и возможность применения средств физической культуры с целью поддержания и повышения необходимого уровня жизнедеятельности

и работоспособности. Например, различный режим труда и отдыха имеют работающие вахтовым методом, к таким можно отнести специальности механико-технологического факультета (машины и аппараты химических производств и предприятий строительных материалов; оборудование и технология сварочного производства; проектирование, сооружение и эксплуатация газонефтехранилищ; производство изделий на основе трехмерных технологий; техническая эксплуатация автомобилей; технологическое оборудование машиностроительного производства; технология машиностроения; химическая технология природных энергоносителей и углеродных материалов). Рациональным режимом труда и отдыха на любом предприятии является такой режим, который наилучшим образом обеспечивает одновременное сочетание повышения эффективности производства и производительности труда (выработки), сохранения работоспособности и здоровья человека. При этом действенными мерами улучшения такого режима являются не только рациональное время начала и окончания работы, строго регламентированные научно обоснованные сменные перерывы, целесообразный график сменности работы, обоснованный график отпусков, но и правильная организация внутрисменного отдыха с использованием пассивного и активного отдыха, в том числе и средств физической культуры [6, 13 с.].

При подготовке специалистов нужно учитывать организационную структуру и особенности производственного процесса, проводить совместный анализ рабочего и нерабочего времени, поскольку между основным трудом и деятельностью человека в свободное время существует объективная связь. Чаще всего это выражается в практически различных возможностях использования средств физической культуры в качестве активного отдыха в свободное время у представителей той или иной профессии. Ведь только методически правильное их применение может оказать благоприятное влияние на восстановление и повышение профессиональной работоспособности человека. Таким образом, адекватность средств физического воспитания характеру и условиям труда, их доступность, направленность на воспитание устойчивости к вредным факторам должна повышать заинтересованность студентов занятиях по «Физической культуре», способствовать развитию профессионально важных качеств. Тем не менее, проблема заблаговременной профессионально направленной психофизической подготовки, а также формирование специально направленных компетенций студентов в сфере культуры здоровья остается наиболее актуальной именно в высших учебных заведениях.

ЛИТЕРАТУРА

1. Фадеев А.В. Формирование социально-профессиональной направленности личности будущих специалистов правоохранительных органов посредством физической культуры: автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Калининград, 2012. – 24 с.
2. А.Ю. Прохоров / Законодательство, характеризующее социализацию как предмет государственной молодежной политики Республики Беларусь // <https://lib.vsu.by/jspui/bitstream/123456789/16287/1/120-125.pdf>. Дата доступа: 22.09.2020 г.
3. Титов В. В. Формирование физической культуры у курсантов радиоэлектронных специальностей военного вуза в процессе профессионально-прикладной физической подготовки : авторсф. дис. ... канд. пед. наук. - Смоленск, 2013. - 24 с.
4. Зенкова Т. А. Методика профессионально ориентированного физического воспитания студентов: автореферат дис. ... канд. пед. наук. - Волгоград, 2013.
5. Матухно Е.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учеб. пособие / Е. В. Матухно. – Комсомольск-на-Амуре: ФГБОУ ВПО «КнАГТУ», 2013. – 97 с.
6. Куликов В.М. Профессионально-прикладная физическая подготовка : учеб. пособие / В. М. Куликов. – Минск, 2014. – 42 с.