

Харитонова Я. А., Чуб Я.В.

Уральский государственный университет путей и сообщений,
г. Екатеринбург

Актуальные направления профессионально-прикладной физической подготовки инженера наладчика

Научно-техническая революция сильно меняет факторы труда, его характер и условия. Надо понимать, что с изменениями условий труда должна изменяться и профессиональная подготовка специалистов, а также физическая подготовка к определенному виду их деятельности. В современном производстве идет тенденция автоматизации устройств, для облегчения выполнения работы. Теперь работник может не прикладывать много сил для того, чтобы какой-либо прибор заработал, а может быть только регулировщиком сложной машины, лишь давая ей указания к выполнению действий.

Исходя из данных преобразований в технической деятельности видно, что стираются границы между физическим и умственным трудом. Вслед за этим характер физической подготовки специалистов тоже меняется. Если раньше важным фактором было наличие способностей к определенному узкому виду работы, которая из года в год оставалась одинаковой, то в современных условиях важным качеством специалиста является умение быстро приспособиться к новым системам оборудования и переориентироваться к разным направлениям деятельности. Появляется необходимость разносторонне подходить к выполнению определенных требований [2].

Изменение характера труда наблюдаются уже давно. В разных сферах деятельности она проявляется в различных аспектах. Хотя многие специальности особых изменений и не испытывают.

Одна из таких профессий – инженер-наладчик. Люди этой профессии обеспечивают работу оборудования, поддерживая его рабочее состояние. Если

оборудование выходит из строя, то именно инженер-наладчик должен осуществить ремонт. Следят за качеством выполнения работы и изменяют методы наладки для достижения конкретных характеристик и параметров оборудования.

Специфичны для работников этой профессии и условия труда: не постоянство климатических условий, экстремальность в формах деятельности, не всегда нормированный график. Часто инженеры-наладчики работают на высоте, поднимая тяжелые грузы. Для выполнения требований профессиональной деятельности инженеру-наладчику нужна должная физическая подготовка, выносливость и работоспособность.

К сожалению, в настоящее время в высших учебных заведениях не всегда предоставляется акцентированная физическая подготовка для студентов определенной профессиональной направленности. Студентам, чаще всего, прививают общие навыки, независимо от специфики будущей работы. В результате теряется контекст определенной профессиональной деятельности, не возникает условий, в которых будущему специалисту предстоит работать. Это напрямую может отразиться на его работоспособности.

На наш взгляд, для каждой специальности в процессе профессионально-прикладной физической подготовки должны разрабатываться уникальные комплексы упражнений, которые будут готовить специалистов с ориентиром на характер и объем будущих нагрузок.

Целью нашей исследовательской работы является определение комплекса физических упражнений для подготовки будущего конкурентоспособного специалиста профессии инженер-наладчик.

Программой дисциплины «Физическая культура» высших учебных заведений предусмотрено освоение теоретических, методико-практических и практических знаний, умений и навыков. Их получение происходит на теоретических и практических занятиях и носит в основном общий характер. Однако, самостоятельная подготовка студента по дисциплине, начиная с поиска дополнительного теоретического материала по подбору и выполнению

упражнений, связанных со здоровым образом жизни, может включать и разработку комплекса целенаправленных действий относительно требований к выполнению профессиональной деятельности. Разработанные комплексы могут осуществляться непосредственно на занятиях по физической культуре самим студентом под руководством преподавателя. Для этого студентом должна быть определена цель, поставлены задачи, выбраны адекватные методы и средства физической культуры для получения продуктивного результата по подготовке организма к условиям трудовой деятельности [4].

Изученные характеристики условий профессиональной деятельности инженера-наладчика определило основные направления в подготовке студента. Прикладными в этом случае, на наш взгляд, могут считаться физические упражнения, развивающие выносливость, гибкость и силу, которые лежат в основе формирования необходимых в работе двигательных навыков и умений.

В комплекс упражнений в этом случае должны быть включены упражнения на гибкость в подготовительной части для разминки всех отделов и частей тела. Упражнения на развитие силы проводятся в основной части занятия. Заканчивается основная часть занятия продолжительным бегом в среднем и медленном темпе.

В заключительной части занятия необходимо уделить внимание расслаблению организма, что соответствует теории и методике проведения занятий по физической культуре, а также выполнить упражнения для тренировки вестибулярного аппарата, устойчивость которого важна в профессиональной деятельности инженера-наладчика.

Для адаптации к разным климатическим условиям, будь то холод, или жара, занятия целесообразно проводить на открытом воздухе, вырабатывая устойчивость к перегреванию и переохлаждению.

Несмотря на то, что упражнения разработанного комплекса не повторяют движения человека в работе данной сферы, однако их выполнение создает контекст профессиональной деятельности, обеспечивая похожесть в выполнении уже освоенных действий в испытанных условиях. Выполняя

предложенные упражнения, студент приобретает прикладную направленность и узнает о правилах безопасности применяемых действий [1].

Большинство исследователей указывают, что высокой эффективности в воспитании профессионально-прикладных физических качеств можно достичь с помощью весьма разнообразных средств физической культуры и спорта. При этом применяемые в процессе профессионально-прикладной физической подготовки специальные прикладные упражнения, – это обычные, на первый взгляд, физические упражнения. Но наличие комплекса специально подобранных и организованных упражнений уже создает специфичность подготовки и способствует решению задач в подготовке к профессиональной деятельности.

Несмотря на то, что на данный момент современного развития общества нет определенного разделения физических упражнений для специалистов отдельных групп профессий [3], в то же время проблема эффективного выполнения работы специфической направленности остается и справляться с ней работнику приходится самостоятельно, попадая на производство.

В результате нашего исследования мы можем заключить, что, приобретая в процессе освоения дисциплины «Физическая культура» знания, умения и навыки, студент может самостоятельно выявлять актуальность тех или иных мер по развитию и формированию физических качеств, ставить соответствующие цели и решать задачи, применяя разнообразные средства физической культуры для успешного выполнения трудовых операций в будущей профессиональной деятельности.

Если студенты заблаговременно и целенаправленно будут тренировать свой организм, то попав на работу, они не будут подвергаться опасности в плане здоровья, хотя бы потому, что их организм привык и готов к знакомым нагрузкам.

Список литературы

1. Виленский М.Я. Основы профессиональной направленности студентов педагогических институтов. – М., 1980.

2. Кабачков В. А., Полиевский С. А. Профессионально-прикладная физическая подготовка учащихся в средних ПТУ. М., Высшая школа, 1982.

3. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. М., Высшая школа, 1985.

4. Чуб Я.В. Учебное проектирование физкультурной деятельности в вузе: учебно-методическое пособие. – Екатеринбург: УрГУПС, 2016. – 80 с.

Хусаинова А.Н., Веденина О.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавров: перспективы развития

На сегодняшний день есть множество наглядных примеров того, как снижение двигательной активности влияет на состояние здоровья и физическую подготовку бакалавров к условиям будущей профессиональной деятельности. Это во многом связано с неэффективностью традиционных средств и методов физического воспитания в рамках учебной дисциплины «Физическая культура», представленных в высших учебных заведениях в форме профессионально-прикладной подготовки бакалавра.

Профессионально-прикладная физическая подготовка – это направление физического воспитания, целью которого является формирование прикладных знаний, специальных физических и психологических умений и навыков, имеющих важное значение для успешной профессиональной деятельности.

Как часть физического воспитания профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавров играет большую роль в формировании личности студента, его мотивационно-ценностной ориентации на достижение высоких показателей работоспособности и приобретение необходимых знаний по применению и развитию своих психофизических навыков и умений.

Учебная программа курса физического воспитания для подготовки бакалавров имеет традиционный подход к построению учебного процесса. Она включает в себя теоретическую, практическую часть и сдачу контрольных нормативов по отдельным разделам программы. Не всегда практические