

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

занятия выполняют задачи профессионально-прикладной физической подготовки бакалавров, которые заключаются в решении не только образовательных программ, но и оздоровительных и личностно-ориентированных.

Различия в функциональных и двигательных возможностях, в состоянии здоровья и потребности в здоровом образе жизни, условиях учебной и будущей профессиональной деятельности предполагает проектирование индивидуального подхода к физическому воспитанию студентов бакалавров.

Дифференцированный подход к организации профессионально-прикладной физической подготовке бакалавров позволяет отобрать такие формы и методы физического воспитания, которые способствуют эффективной реализации поставленных ею задач, развитию конкретных качеств и умений, необходимых в будущей профессиональной деятельности, и формируют целостное представление студента о роли физической культуры в поддержании своих профессиональных знаний, навыков и умений.

Мотивационная сторона занятий физической культурой требует использования новых форм и методов двигательной активности и выражается в выборе вида спортивной деятельности студентами в соответствии с интересами и возможностями технического оснащения высшего учебного заведения.

Большое количество современных вузов не отстает от тенденций в использовании новых комплексов физических упражнений и стремится организовывать открытие и активную деятельность все новых спортивных секций в рамках профессионально-прикладной физической культуры бакалавров.

Подбор средств, соответствующих задачам подготовки бакалавров, требует знаний об условиях их будущей трудовой деятельности, о требованиях к профессиональным навыкам и психофизическим качествам личности.

Например, для людей, в чьей профессиональной деятельности преобладает умственная деятельность, низкая двигательная активность и стрессоустойчивость, правильная организация физического воспитания

выражается в развитии конкретных психофизических качеств, к которым можно отнести статическую выносливость, внимание, быстроту реакции, координацию движений и укрепление опорно-двигательного аппарата. Это связано с тем, что в результате длительного пребывания в сидячем состоянии физические показатели работников умственного труда оставляет желать лучшего: нарушение осанки, дыхательного аппарата и обмена веществ.

Организованная профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавров позволяет осуществлять физическое воспитание в группах, сформированных по принципу смежности необходимых для будущей профессиональной деятельности знаний, умений и навыков.

Прикладные знания приобретаются в процессе прохождения курса физической подготовки и позволяют обезопасить здоровье путем выполнения подходящих в конкретной ситуации комплекса упражнений, направленных на снижение негативного воздействия условий профессиональной деятельности.

Прикладные качества призваны на основе изучения трудовой активности, в рамках будущей профессии, обеспечить высокий уровень сформированности профессионально-значимых психофизических качеств и свойств личности. У каждой профессии есть свои требования к различным показателям и характеристикам, которые можно развивать конкретными физическими упражнениями и занятиями различными видами спорта при решении конкретных задач профессионально-прикладной физической подготовки бакалавров.

Прикладные умения и навыки, формируемые в процессе физического воспитания, играют важную роль в реализации профессиональных задач, способствуют эффективному применению прикладных элементов различных видов спорта в будущей профессиональной деятельности.

Контроль данных составляющих профессионально-прикладной физической подготовки бакалавров осуществляется в конце каждого семестра. По итогам оценки сформированности прикладных знаний, умений и навыков проектируются дальнейшие действия по формированию необходимых

компетенций и моделей поведения для успешной профессиональной деятельности.

Профессионально-прикладная физическая подготовка бакалавров в высших учебных заведениях позволяет повысить уровень их профессиональной подготовки только при комплексном подходе. Высокие показатели эффективности физического воспитания в целом достигаются благодаря использованию новых форм и методов, мотивационно-ценностной ориентации и индивидуальному подходу с целью обеспечения необходимого уровня профессиональной готовности бакалавров к непосредственному применению приобретенных знаний, умений и навыков в процессе труда.

Список литературы

1. Иванов Г.Д. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. - Алма-Ата, 1998.
2. Федорова С.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка: Учеб. пособие. – Владивосток: Дальрыб. ВТУЗ, 2003.
3. Зайцева, И. П. Физическая культура для бакалавров: Критерии оценок: учебное пособие. – Ярославль, 2010.

Чванова Е.В., Веденина О.А.

Российский государственный профессионально-педагогический университет,
г. Екатеринбург

Формирование мотивации к занятиям физической культурой и спортом у студентов

Формирование здорового образа жизни молодежи – одна из актуальнейших проблем на сегодняшний день. Это связано с тем, что в течение последних десятилетий уровень физической подготовленности у молодых людей резко снизился. Главная причина случившегося заключается в безостановочном процессе компьютеризации, вместе с технологическим прогрессом появляются средства, значительно облегчающие жизнь людей, благодаря которым физическая нагрузка существенно уменьшается. Однако, вместе с тем происходит увеличение психологической нагрузки, и, как следствие, - ухудшение общего здоровья населения страны. В таких условиях