

54. Шелер, М. Положение человека в космосе / М. Шелер // Проблема человека в западной философии : сборник статей / Сост. П. С. Гуревич. М.: Прогресс, 1988. С. 31-95.

ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА СТУДЕНТОВ: ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ АСПЕКТ

Лазукина Я.В., Ольховская Е.Б.

Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Российский государственный профессионально-педагогический университет», г. Екатеринбург, Россия

Аннотация. Физическая культура современных студентов должна быть направлена не только на укрепление их здоровья, но и на оптимизацию профессиональной подготовки будущих бакалавров. Авторы рассматривают проблему профессиональной подготовки студентов средствами физической культуры и спорта.

Ключевые слова: студенты, здоровье, двигательная активность, профессиональная подготовка.

В современной подготовке студентов значительная роль отводится профессионально-прикладной физической подготовке (ППФП) бакалавров. Это непосредственно определяющий фактор в структуре обучения, если рассматривать с позиции общего укрепления здоровья, приобретения необходимых специфических умений и навыков, которые нужны для обеспечения успешного ведения деятельности по специальности.

Большинство научных исследований по данной проблеме посвящаются:

- теоретическим аспектам результативной работы бакалавра в будущем;
- обособленным факторам подготовки в психологическом плане;
- проблемам результативной работы в зависимости от выбранной специальности.

В процессе изучения литературы, касающейся проблемы ППФП бакалавров, мы выделили основную тенденцию: в ходе подготовки применяются самые различные способы и вариации проведения занятий по физической культуре, но в определенной отрасли требуются специфические варианты, которые должны применяться в ходе обучения и при соответствующем анализе.

Актуальность данной работы состоит в том, что в последнее время возрастает тенденция социально опасного снижения двигательной активности людей, задействованных в современном производстве. Частица умственного труда увеличивается лавинообразным способом, что приводит к ограниченной подвижности. Необходимость ППФП обуславливается:

- спецификой трудовой деятельности;
- недостаточной двигательной активностью;
- эмоциональным напряжением;
- неблагоприятными факторами окружающей среды.

Очень часто низкая физическая подготовка и состояние здоровья становятся препятствием для успешного трудоустройства, а также в продвижении по карьерной лестнице.

Основные понятия, цели и задачи ППФП.

Профессионально-прикладная физическая подготовка в разных источниках имеет несколько трактовок. В результате все сводится к тому, что она представляет собой специально направленное и селективное применение средств спорта для тренировки человека к условиям деятельности по специальности. Исходя из этого, *целью ППФП* является психофизическая подготовленность к результативной профессиональной работе, базируясь на основных предпосылках:

- ускоренного обучения навыкам по специальности;
- высокопроизводительной работе в определенном сегменте;
- предотвращения травматизма и заболеваний профессионального типа;

- применения средств физической культуры с целью проведения активного досуга;
- введения спорта в работу трудового коллектива.

Учитывая все вышесказанное, *задачи ППФП* основываются на формировании навыков и умений в конкретной отрасли и их осваивании, а также заключаются в воспитании прикладных качеств психофизического и специального типа. При отборе средств для их реализации в качестве руководства используются следующие принципы:

- максимальное решение поставленных задач;
- адекватность и самый большой перенос качеств и навыков;
- комплексность реализации задач.

Научная новизна, в свою очередь, состоит в выявлении личной потребности специалиста в конкретных физических способностях, которые в дальнейшем будут способствовать результативной деятельности, а также определить формы и средства физического воспитания бакалавров, установив уровень заинтересованности государства в таких специалистах.

Именно с помощью ППФП можно решить проблему физически развитого и трудоспособного, выносливого сотрудника, являющегося полностью здоровым. Здоровье и будущая деятельность по специальности, по мнению Б.Г. Ачкурина, взаимосвязаны, и первый фактор отражает степень подготовленности учащегося, развитие его навыков и умений двигательного аппарата. Это дает возможность на 100% реализовывать свои возможности. Биологическая составляющая и социально-техническая среда взаимодействуют посредством показателей сопряжения психофизического типа.

Мнения авторов при этом расходятся. Одни считают здоровье «самым значащим» аспектом, другие предполагают, что оно отображается в «психофизической готовности профессионального работника». В последнем случае учитывается:

- достаточный уровень трудоспособности;

- наличие резервов физических и функциональных возможностей организма, что позволит своевременно адаптироваться к быстро меняющимся условиям в любой среде, объему и насыщенности деятельности;
- способность восстанавливаться на 100% за конкретный промежуток;
- мотивация, необходимая для достижения поставленной задачи, а также желание сохранить и укрепить здоровье.

Многие факторы влияют на восприятие ситуации человеком, что приводит к избирательности внимания. При этом картина оценивается предвзято, учитывая актуальные интересы и потребности. С целью ППФП вводятся различные средства и формы занятий (плавание, езда на велосипеде, приемы спасения из воды и т.д.). При этом студенты должны обучаться и теории для получения необходимой информации. Она обеспечит грамотное использование методов физической культуры. Все вопросы, касающиеся ППФП, обязательно должны содержать точные и правильные данные и освещаться специалистами.

Величина и объем использования средств физической культуры зависит от ориентации учебного материала. Который должен рассчитываться не только на самостоятельную подготовку, но и тренировку студента в качестве будущего руководителя.

Специфика трудовой деятельности непосредственно определяет формы и средства. В целом ППФП состоит из:

- специальных учебно-тренировочных занятий;
- спортивно-массовых мероприятий;
- индивидуально-самостоятельных упражнений по специальности;
- прикладных вариаций спорта.

Исходя из изложенного выше, определение ППФП студентов-бакалавров осуществляется рабочим планом, который формируется кафедрой физического воспитания. В нем представлены особенности будущей

профессии, учитывая материальные возможности определенного высшего учебного учреждения.

В качестве целевой направленности выступает воспитание прикладных качеств физического и специального характера, а также умений и навыков, которые обязательны для успешного выполнения работы. Студенты, которые задействованы в полевых условиях, должны тренироваться выносливости, гибкости, силе и ловкости. Для этого следует максимально задействовать возможности всех видов спорта. Это позволит развить у бакалавра необходимые навыки и умения для успешного ведения трудовой деятельности в дальнейшем.

Если рассматривать ППФП для учащихся прикладной направленности, то формы ее организации включают специальные тренировки и занятия, массовые мероприятия, самостоятельные упражнения и особые разновидности спорта.

Социальный заказ государства выражает общественную потребность в специалисте, который будет компетентным, квалифицированным и ответственным, а также конкурентоспособным на рынке труда. При этом личная потребность неразрывна с физическими качествами, материальным благополучием, самореализацией и развитием за счет того, что возросла тенденция приема на работу наиболее здоровых физически и профессионально подготовленных людей.

Список литературы

1. Ашмарин Б.А. Теория и методика педагогических исследований в физическом воспитании. – М.: ФиС. – 1978. – 223 с.
2. Гончаров В.Д. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов: реальность и перспективы. / Теория и практика физической культуры.– 2013. – № 7. – С. 12-15.
3. Дергач А.А. Акмеологические основы развития профессионализма. – М. – 2014. – 752 с.