

Людвик Т.В.
Национальный университет «Львовска политехника»,
Львов, Россия

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В ПРОЦЕССЕ ФОРМИРОВАНИЯ ВЫСОКОГО УРОВНЯ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНТОВ ВУЗОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ

Аннотация. Рассмотрены вопросы профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов технического профиля и ее роль в формировании и сохранении высокого уровня здоровья специалистов технической отрасли. Рассмотрены направления дальнейшего совершенствования этого направления в физическом воспитании для обеспечения надлежащего уровня здоровья высококвалифицированных работников данной сферы.

Ключевые слова: студент, профессионально-прикладная, физическая подготовка, вуз, технический профиль.

Ludovik T.V.
Lviv Polytechnic National University,
Lviv, Ukraine

PROFESSIONALLY APPLIED PHYSICAL PREPARATION PATTERN DURING OF HIGH-LEVEL HEALTH OF TECHNICAL UNIVERSITY STUDENTS

Abstract. The professionally applied physical training of technical university students and its role in creating and maintaining a high level of health professionals technical industry is considered. The directions of further improvement in this direction in physical education to ensure an adequate level of health of highly skilled workers in this field.

Keyword: student, professional-applied, physical training, universities, technical.

Существенная роль в подготовке будущих специалистов технической отрасли отведена физическому воспитанию студентов. Развитие общества, научно-технический прогресс предъявляет все более высокие требования к физическому развитию и работоспособности специалистов. Проблема подготовки будущих высококвалифицированных работников данной сферы и реализации профессионального потенциала обусловлена уровнем их здоровья [1-6].

Обеспечение физической надежности и готовности специалистов, работающих в различных технических сферах, наиболее эффективно достигается в процессе специального профессионально направленного использования средств физической культуры, получившее название профессионально-прикладной физической подготовки. Задачи профессионально-

прикладной физической подготовки студентов вузов технического профиля обуславливается местом и ролью технических профессий в народном хозяйстве, высокими темпами развития отрасли, большой долей человеческого фактора в обеспечении эффективности производства и повышения производительности труда, а также высокими требованиями к физической, психической подготовленности и уровню здоровья [3, 5]. В связи с этим повышается социально-экономическое значение качественной физической подготовленности специалистов, которая является индикатором состояния здоровья [1, 6].

В области физической культуры профилированная подготовка призвана обеспечить успешное и надежное формирование профессиональных знаний, умений и навыков, динамическое здоровье, высокую работоспособность и творческое долголетие, морально-психологическую основу профессиональной готовности. Это позволит в конечном итоге расширить диапазон социальной и трудовой активности будущего специалиста. Все это требует специального углубленного изучения вопросов здоровья работников данной сферы деятельности, в том числе их физического развития, как в процессе их трудовой деятельности, так и на этапах подготовки к ней в период обучения будущих специалистов в высших учебных заведениях. Работы многих авторов [1-6] свидетельствуют, что профессионально-прикладная физическая подготовка эффективно содействует укреплению здоровья, повышению устойчивости к заболеваниям, снижению травматизма. Внедрение профессионально-прикладной физической подготовки в практику физического воспитания студентов создает предпосылки для сокращения сроков достижения профессионального мастерства, высокой профессиональной работоспособности и производительности труда.

Нельзя сказать, что вопросы профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов технического профиля, как одного из ведущих факторов обеспечения высокого уровня здоровья студентов, не были ранее предметом исследований. Но до настоящего времени методологической основой подавляющего большинства этих исследований был аналитический подход без учета особенностей содержания и структуры целостной системы профессионально-прикладной физической подготовки технических специальностей. Это обусловлено тем, что основные составляющие такой физической подготовки студентов (база, организация, научно-методическое обеспечение и др.) исследованы и представлены неравномерно. Взаимосвязь между ними в основном отсутствует, или представляет собой логические выводы, а не научно-обоснованную систему, учитывающую спецификацию технической отрасли.

Согласно утверждению ведущих специалистов отрасли [1-6], причины и обстоятельства, которые обуславливают необходимость дальнейшего совершенствования ППФП технических вузов для обеспечения высокого уровня здоровья будущих специалистов следующие:

1) время, необходимое на освоение современных практических профессий и достижение профессионального мастерства в них в большей степени зависит от уровня функциональных возможностей организма, от степени развития физических способностей, разнообразия и совершенства приобретенных двигательных умений и навыков, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности;

2) производительность профессионального труда прямо или косвенно остается зависимой от физической дееспособностью исполнителей и состояния их здоровья;

3) стабильный физическое состояние, без которого не мыслится здоровье и эффективное функционирование организма – остается важнейшей предпосылкой устойчиво высокой плодотворности профессионального труда;

4) все еще актуальна проблема негативного влияния профессионального труда и его условий на физическое состояние. Хотя эта проблема решается многими средствами оптимизации содержания и условий труда, в том числе социальными, научно-техническими и гигиеническими, важную роль среди них призваны играть факторы профессионально-прикладной физической культуры;

5) социальный и научно-технический прогресс заставляют постоянно совершенствовать профессиональные навыки и способности. Их развитие неотделимо от физического совершенствования.

Таким образом, можем утверждать, что ППФП студентов вузов технического профиля имеет важное практическое значение для общества, так как является одним из непосредственных факторов улучшения профессиональной подготовки кадров на основе обеспечения повышения надежности функционирования физиологических функций организма и состояния здоровья в целом.

Литература

1. Жидких В. П. Профессионально-прикладная физическая культура в системе подготовки специалистов: дис. ... д-ра пед. наук: спец. 24.00.02 / В. П. Жидких. – Омск, 2000. – 47 с.

2. Коровин С. С. Теоретико-методологические основания концепции профессиональной физической культуры / С. С. Коровин // Теория и практика физ. культуры, 2012. – № 2. – С. 23–27.

3. Раевский Р. Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка / Р. Т. Раевский, С. М. Канишевский // Здоровье, здоровый и оздоровительный образ жизни : монография. – О. : Наука и техника, 2008. – 224 с.

4. Физическая культура / под ред. Е. С. Григоровича, В. А. Переверзева. – Минск : Вышэйшая школа, 2008. – 222 с.

5. Физическая культура : учебник / [под ред. В. А. Коледы]. – Минск : Тесей, 2005. – 423 с.

6. Физическая культура : учебник / [под ред. Е. В. Харламова]. – Ростов н/Д : Феникс, 2005. – 355 с.

Максимук О.В., Врублевский Е.П.

Полесский государственный университет,

Пинск, Беларусь

Зеленогурский университет,

Зеленая Гура, Польша

ОСОБЕННОСТИ АДАПТАЦИИ ОРГАНИЗМА ЖЕНЩИН, ИМЕЮЩИХ РАЗЛИЧНУЮ ГЕНЕТИЧЕСКУЮ ПРЕДРАСПОЛОЖЕННОСТЬ К ФИЗИЧЕСКИМ НАГРУЗКАМ ОЗДОРОВИТЕЛЬНОЙ НАПРАВЛЕННОСТИ

Аннотация. Статья посвящена проблеме анализа зрительно-моторных реакций женщин, занимающихся оздоровительной физической культурой в зависимости от полиморфизмов гена 5НТТ системы в аспекте прогностической оценки устойчивости реакций ЦНС в динамике тренировочных нагрузок.

Ключевые слова: оздоровительная физическая культура, вегетативная нервная система, зрительно-моторные реакции, полиморфизм генов.

Maksimuk O.V.,

Polessky state University,

Pinsk, Belarus

Vrublevskiy E.P

Zielonogorski University

Zielona Gura, Poland

FEATURES ORGANISM ADAPTATION OF WOMEN WITH DIFFERENT GENETIC PREDISPOSITION TO PHYSICAL STRESS IMPROVING ORIENTATION

Abstract: The article is devoted to the analysis of visual-motor responses of women in health-enhancing physical activity as a function of gene polymorphisms 5NTT system in terms of the prognostic assessment of stability in the dynamics of reactions CNS training loads.

Key words: health physical education, autonomic nervous system, visual-motor reactions, gene polymorphism.

Современный этап развития оздоровительной физической культуры характеризуется поиском эффективных путей решения задач укрепления и сохранения здоровья населения, что обусловлено его существенным сни-