

Секция 6

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ ПО ФИЗИЧЕСКОМУ ВОСПИТАНИЮ

НАСТОЛЬНЫЙ ТЕННИС КАК СРЕДСТВО ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ВУЗОВ

Е.Б. Ольховская

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) направлена на достижение психофизической готовности студентов к успешной профессиональной деятельности, научит их осуществлять профилактику профессиональных заболеваний и травм, использовать средства физической культуры и спорта для активного отдыха.

Организация ППФП осуществляется с учетом особенностей учебного процесса каждого вуза и специфики будущей профессиональной деятельности студентов. Трудовая деятельность педагога профессионального образования отличается наличием производственно-технологической функции и это накладывает определенные требования к психофизическим качествам специалистов. В современных условиях инженер-педагог должен иметь развитые эмоционально-волевые качества: уравновешенность, уверенность в себе, самообладание. Для достижения профессионализма обязательны хорошие организаторские, коммуникативные, креативные способности. В отличие от учителя средней школы педагогу профессионального образования необходим технический интеллект, т.е. развитое техническое мышление, пространственное воображение, конструкторско-технологические способности. Высокие требования выдвигаются к психическим свойствам личности педагога профессиональной школы: скорость мышления, устойчивость внимания, хорошая память.

Педагог профессионального образования владеет рабочей специальностью на уровне 4-5 разряда, поэтому профессия требует высокого уровня физической выносливости, необходима силовая подготовка, высокая координация и точность движений, ловкость и быстрота реакции, хороший глазомер. Следовательно, ППФП для студентов профессионально-педагогических вузов должна быть направлена не только на формирование базовых физических качеств, но и на развитие тонко координационных движений и мелкой моторики.

В качестве оптимального средства ППФП студентов профессионально-педагогического вуза я предлагаю использовать настольный теннис. Во время выполнения 10 ударов теннисист совершает до 70 различных перемещений, а при игре из 3 партий преодолевает расстояние до 4500 м, частота пульса к концу второй партии достигает 165 ударов в минуту. Организм испытывает нагрузки аэробного характера, что способствует укреплению сердечно-сосудистой и дыхательной системы, воспитывает выносливость. При игре теннисист стоит на носках полусогнутых в коленях ног, все ударные движения связаны с вращательными движениями корпуса и наклонами, это развивает мышцы туловища, плечевого пояса и ног. Настольный теннис уникальное средство для развития реакции, точности движений, ловкости и глазомера: за 0,5 секунды (время полета мяча) теннисист должен быстро, целесообразно и точно решить неожиданно возникающие двигательные задачи. Высокая скорость полета мяча, быстрое перемещение игроков, внезапное изменение игровых ситуации требуют устойчивости, распределения и переключения внимания. Тактическое построение игры развивает мышление, учит прогнозировать ситуацию и строить дальнейшую игру с учетом анализа действий. Настольный теннис развивает такие качества личности как активность, самостоятельность, решительность, ответственность, целеустремленность.

Таким образом, настольный теннис можно использовать как прикладной вид спорта для развития профессионально значимых психофизических качеств педагогов профессионального образования, подготовки их к эффективной трудовой деятельности, профилактики профессиональных заболеваний.

ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ПОДГОТОВКЕ ПЕДАГОГА ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

Е.Б. Ольховская

Профессионально-педагогическая деятельность – это интегративная деятельность, включающая психологический, педагогический и производственно-технологический компоненты. Она содержит ряд основных функций: обучающую, воспитывающую, развивающую, производственно-технологическую (наладка и настройка производственно-технических средств, разработка технической и технологической документации, выполнение производственных работ высокой квалификации).

Соответствие функций профессионально-педагогической деятельности высокому уровню возможно только при наличии у педагога профессионально важных психофизических качеств. Он должен иметь определенную эмоциональную культуру, включающую уравновешенность,