

## ***ШУРХАЛ Л. А.***

Национальный университет «Одесская юридическая академия»,  
старший преподаватель кафедры физического воспитания

## ***СУЛИМА И. Л.***

Национальный университет «Одесская юридическая академия»,  
старший преподаватель кафедры физического воспитания

# **ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ПОДГОТОВКА К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Физическое воспитание в учебных заведениях является неотъемлемой частью образования. От качества организации и проведения занятий со студентами зависит уровень их физической подготовленности, физического развития, а также обеспечение подготовки к профессиональной деятельности.

Целенаправленное использование средств физической культуры для успешного освоения профессии и для оптимизации условий профессионального труда сегодня не вызывает сомнения. О тесной взаимосвязи физической культуры и трудовой профессиональной деятельности говорит уже тот факт, что существует целый ряд понятий, которые с одной стороны характеризуют те или иные элементы и стороны профессиональной деятельности, а с другой – входят в структуру понятий физической культуры [1].

Современный труд приводит к перегрузкам одних функциональных систем организма и недогрузкам других, что неблагоприятно сказывается на общей дееспособности человека. Чтобы корректировать эти психофизиологические «перекося», проводятся мероприятия в системе организации труда, в числе которых и направленное применение специально подобранных физических упражнений. Использование средств физической культуры и спорта в целях поддержания и повышения общей и профессиональной дееспособности человека в теории и практике физической культуры получило название профессионально – прикладная физическая подготовка (ППФП).

Профессионально-прикладная физическая подготовка – это специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности.

Каждая профессия предъявляет к человеку специфические требования и часто очень высокие к его физическим и психическим качествам, прикладным навыкам. В связи с этим возникает необходимость профилирования процесса физического воспитания при подготовке студентов к трудовой деятельности, сочетания общей физической под-

готовки со специализированной профессионально-прикладной физической подготовкой [2; 3; 4].

Для расширения психофизической подготовки с профессиональной направленностью в основном учебном отделении могут быть организованы специализированные учебные группы по ППФП, а в спортивном – учебные группы по прикладным видам спорта. Студенты, занимающиеся в специальном учебном отделении, осваивают те элементы, которые доступны им по состоянию здоровья. ППФП студентов на учебных занятиях проводится в форме теоретических и практических занятий.

Цель теоретических занятий – дать будущим специалистам прикладные знания, которые бы обеспечили сознательное и методически правильное использование средств физической культуры и спорта для подготовки к профессиональным видам труда. Вопросы ППФП, связанные с техникой безопасности, целесообразнее объяснять именно во время практических занятий.

В свободное время ППФП предусматривает такие формы:

- секционные занятия в вузе по прикладным видам спорта под руководством преподавателя – тренера;

- самостоятельные занятия прикладными видами спорта в различных спортивных группах вне вуза (в туристических клубах и т.д.);

- массовые оздоровительно – физкультурные и спортивные мероприятия, например, внутривузовские соревнования между учебными группами, курсами, факультетами.

В большинстве случаев будущая профессиональная деятельность связана с высокими психоэмоциональными нагрузками. Она требует в определенных случаях обладания физической силой, более высокую меру ответственности за свое поведение, в том числе – поведение по отношению к здоровью. Все это говорит о том, что установки на здоровый образ жизни входят как составная часть в профессиональный статус будущего специалиста. Профессиональный статус формируется поэтапно, в основном, в период обучения в вузе. Основная сложность в формировании этой установки состоит в том, что в основе поведения лежат самые различные потребности, в том числе наличие привычек у человека, связанных с курением, употреблением алкоголя и наркотических средств. Именно правильной самооценке здоровья в среде студентов должно уделяться основное внимание при формировании ценностного отношения к их здоровью и, в частности, следование ими здоровому образу жизни. Таким образом, актуальность формирования мотивации на ведение здорового образа жизни в процессе обучения в высшем учебном заведении подчеркивает то, что чем раньше формируется конкретное диспозиционное поведение, тем эта позиция оказывается стабильнее в последующей жизни.

Реализация данных положений позволит сделать воспитательную работу в вузе способствующей не только физическому и психическому

здоров'ю студентів, но и успішності їх професійної соціалізації и послідуєщої професійної діяльності.

***Список использованной литературы:***

1. Завидівська Н.Н. Професійно – прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів: дис. канд. пед. наук: 13.00.04 / Завидівська Наталія Назарівна. – Львів, 2002. – 168 с.
2. Волков В.Л. Основи професійно-прикладної підготовки студентської молоді / В.Л. Волков. – К.: Знання України, 2004. – 82 с.
3. Зуев В.А. Развитие физических качеств подрастающего поколения средствами физической культуры. – Минск, 1990. – 71 с.
4. Раевский Р.Т. Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической подготовки и методология их решения / Р.Т. Раевский, С.М. Канишевский // Актуальные проблемы профессионально-прикладной физической подготовки: Наук.-метод. журнал. – О : Наука и техника, 2010. – № 1 (1). – С. 6-10.

***БАРСУКОВА Т. О.***

Національний університет «Одеська юридична академія»,  
старший викладач кафедри фізичного виховання

***БІРЮКОВ О. А.***

Національний університет «Одеська юридична академія»,  
старший викладач кафедри фізичного виховання

**ПІДВИЩЕННЯ ЯКОСТІ ОСВІТИ  
В СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ**

Аналіз наукових джерел свідчить про значну активізацію дослідження вітчизняних і зарубіжних вчених до певних аспектів проблеми фізичного виховання студентської молоді [1; 2; 4].

Державні вимоги до системи фізичного виховання дітей, учнівської і студентської молоді розроблені відповідно до Законів України “Про фізичну культуру і спорт”, “Про освіту”, “Державної програми розвитку фізичної культури і спорту в Україні” і спрямовані на їх реалізацію.

Метою Державних вимог є визначення ідеологічних, науково-методичних і організаційних основ фізичного виховання та створення оптимальних умов для його ефективного функціонування. Вимоги виражають державну політику в галузі фізичного виховання в дошкільних, загальноосвітніх, професійно-технічних та вищих закладах освіти, служать основою для визначення головних напрямів удосконалення фізичного виховання молодого покоління.