

Назарова И. И., Данилюк В.М.

Национальный университет пищевых технологий, Украина, г. Киев

Направленность профессионально-прикладной физической подготовки студентов вузов экономического профиля.

Аннотация. В работе рассмотрены теоретические основы функционирования системы профессионально-прикладной физической подготовки студенческой молодежи экономического профиля. Проведен анализ методических особенностей развития и совершенствования профессионально-прикладных физических способностей и психофизиологических качеств будущих специалистов.

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, студенты.

Nazarova I. I., Danilyk V.M.

National University of Food Technologies, Kiev, Ukraine

Direction professionally-applied physical training of university students in economics.

Abstract. In this work the theoretical foundations of the system professionally-applied physical training students of economics. Analysis of methodical features of development and improvement of professional-applied physical abilities and psychophysiological features of future specialists was made.

Keywords: professional-applied calisthenics, students

Основной проблемой современной системы высшего образования является поиск оптимальных путей подготовки высококвалифицированных специалистов с высоким уровнем конкурентоспособности в условиях рыночной экономики.

В этой связи адаптация молодых специалистов к новым условиям труда требует от них глубоких профессиональных знаний, умений к сотрудничеству, устойчивой работоспособности, физического здоровья, которые в своем единстве способствуют высокой производительности труда. В Целевой

комплексной программе "Физическое воспитание - здоровье нации" перед высшими учебными заведениями стоит задача способствовать воспитанию у студентов морально-волевых качеств, улучшению их физического и психического здоровья. В решении этой задачи большое значение принадлежит правильной организации процесса формирования здорового образа жизни, является одним из перспективных направлений повышения эффективности деятельности будущих экономистов. Проблема определения профессионально-прикладных основ формирования здорового образа жизни в сегодняшних условиях приобретает особое значение еще и потому, что во многих высших учебных заведениях экономического профиля осуществляется подготовка специалистов, магистров для получения профессии экономиста.

Анализ программы по физическому воспитанию для высших учебных заведений свидетельствует о том, что она в целом ориентирована на решение задач физического совершенствования студентов. В то же время низкий уровень двигательной активности, несоответствие уровня физической подготовленности студентов контрольным нормативам по физическому воспитанию, значительные недостатки в создании определенных педагогических условий управления, которые не учитывают специфики обучения и будущей профессиональной деятельности, тормозят процесс формирования физических качеств.

При этом анализ литературных источников свидетельствует о том, что проблема профессионально-прикладной физической подготовки специалистов в сфере экономики не была предметом специального изучения. Значение основ профессионально-прикладной физической подготовки определяют особенности профессиональной деятельности экономистов, банкиров, работа которых связана с постоянными стрессовыми ситуациями, психическим напряжением из-за риска при выполнении финансовых операций.

Особенностями трудовой деятельности экономиста является длительное пребывание в малоподвижном положении, монотонность операций, необходимость воспринимать через зрительный анализатор и обрабатывать

большое количество информации, работать длительное время за компьютером, сбора материалов, их группировки, сведение в таблицы и тому подобное.

Трудовая деятельность в большинстве случаев протекает в далеко не идеальных условиях. Рабочие места недостаточно освещены, плохая вентиляция, рабочая поза - сидя (наклон головы, туловища, согнутое положение тела в тазобедренных, коленных суставах). Работу экономистов относят к категории легкой физической работы с ограниченными по амплитуде движениями верхних конечностей, но за психофизиологическими особенностями и энергозатратами, этот вид деятельности требует значительной подготовки.

Вынужденное согнутое положение тела в течение длительного времени и статические напряжения отдельных групп мышц (шеи, спины, плечевого пояса) способствуют возникновению сутулости, поверхностного дыхания, застойных явлений в нижних конечностях, брюшной полости и малом тазу. А также длительная работа в положении сидя может привести к растяжению и ослабление мышц плечевого пояса и разгибателей спины. Последнее приводит к нарушению осанки: асимметрия плеч, сутулость, отстаивание лопаток и т.п.

Работа представителей экономических специальностей требует определенной координации, точно продуманных действий, умений, навыков в выполнении ответственной работы, сопряжена с напряжением нервной системы, тонкими взаимодействиями различных анализаторов, срочными двигательными реакциями на внешние раздражения.

Таким образом, можно убедиться, что работа экономиста по своим последствиям не может быть отнесена к легкой работе, так как статические напряжения в сочетании с нервными требуют в первую очередь затрат физических сил и, следовательно, предполагают хорошую физическую подготовку специалиста.

Профессионально-прикладная физическая подготовка экономиста должна решать следующие задачи:

- Сохранить высокую работоспособность при длительном пребывании в условиях гиподинамии.
- Повышать устойчивость организма к однообразным движениям и действиям.
- Обеспечить правильную осанку.
- Сформировать двигательные навыки: размерные и дозированные движения руками, кистями, пальцами в разных плоскостях, с различными по времени и величине мышечными усилиями, амплитудой, различных движений туловища, упражнений для ног (улучшить кровообращение в нижних конечностях).
- Улучшить функционирование аппарата дыхания и сердечнососудистой системы.

Основные задачи профессионально-прикладной физической подготовки, связанные с последовательными этапами педагогического процесса следующие:

1. Ознакомление студентов с условиями учебной и будущей трудовой деятельности, требованиями будущей профессии к состоянию здоровья, психофункциональных и двигательной подготовки будущих специалистов.
2. Отбор оптимальных сочетаний развивающих средств физической культуры и внедрение их в процесс физического воспитания студентов.
3. Оценка психофункциональной и двигательной подготовки студентов к будущей профессиональной деятельности с высокой надежностью и определенной периодичностью.
4. Формирование у студентов осознанной потребности в совершенствовании личностных качеств и развитие специальных психофизических способностей.

В более широком смысле перечисленных задач прикладные знания имеют непосредственную связь с будущей профессиональной деятельностью, их получают в процессе физического воспитания, во время коротких методических бесед и установок на учебно-тренировочных занятиях, путем самостоятельного изучения литературы.

Научно-технический прогресс и ряд других факторов способствуют увеличению количества профессий и требований к уровню подготовленности

современного специалиста. Одной из самых больших особенностей настоящего есть применение в процессе работы специалистов разного профиля психомоторных качеств, что затрудняет процесс подготовки данной профессии.

Профессиональная деятельность экономистов требует, в первую очередь, наличие высокого уровня общей и специальной работоспособности, а также, в большинстве случаев: развития общей и статической выносливости, силы мышц шеи, плечевого пояса и спины, выносливости рук (особенно кистей пальцев рук), скорости и координации движений.

Литература

1. Завидівська Н.Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю. - Молода спортивна наука України :Зб. Наук. праць в галузі фізичної культури та спорту. Вип. 8 – Львів: НВФ "Українські технології",2004.-Т.3.-С.115-117
2. Иванов С.М. Физическая подготовка курсантов старших курсов финансово-экономического вуза. Автореф. дис. ... канд. пед. наук. – Санкт-Петербург, 2004. – 23с.
3. Косоверова І.О. Фізичне вдосконалення студентів гуманітарних спеціальностей в системі вузівської освіти. - Молода спортивна наука України :Зб. Наук. праць в галузі фізичної культури та спорту. Вип. 7 – Львів: НВФ "Українські технології",2004.-Т.2.-С.266-269.
4. Помазин А.А. Вплив стандартних тренувальних завдань різного напрямку на підвищення професійно-прикладної фізичної підготовленості та рівня фізичних якостей студентів економічного вузу. // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. Вип.3,2004.-с.44-49.
5. Фалькова Н.І. Фізична підготовка студенток економічних спеціальностей з урахуванням їх морфофункціональних особливостей. Автореф. дис. ...канд.. наук з фіз. виховання і спорту. – Львів: ЛДІФК,2002.-19с

АВТОРСКАЯ СПРАВКА

Назарова Инна Игоревна

Преподаватель кафедры физического воспитания Национального университета пищевых технологий г. Киев, Украина

04074, Украина, г. Киев, ул. Автозаводская 5-А кв. 79

тел. 38 063 3966009

valera-inna@ukr.net

Данилюк Валерий Михайлович

Старший преподаватель кафедры физического воспитания Национального университета пищевых технологий г. Киев, Украина

04074, Украина, г. Киев, ул. Автозаводская 5-А кв. 79

тел. 38 0679636013, 38 0637439570

valera-inna@ukr.net