

УДК 796.011.3

Бак. Е.Д. Шалявина,
Рук. Ю.Г. Бердникова
УГЛТУ, Екатеринбург

АСПЕКТЫ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ХИМИКО-ТЕХНОЛОГИЧЕСКОГО ИНСТИТУТА УГЛТУ

В данной статье рассмотрим некоторые аспекты, связанные с проблемой формирования универсальной компетенции (УК) по элективным курсам и дисциплине «Физическая культура и спорт» у студентов лесотехнического вуза. В последнем ФГОС ВО (3++) УК-7 трактуется следующим образом: выпускник «способен поддерживать должный уровень физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности». Если рассматривать данную компетенцию с точки зрения подготовки к будущей профессии, то построение учебного и учебно-тренировочного процесса должно проходить с учетом специфики будущей специальности.

Все чаще абитуриенты, поступая в технический вуз, да и студенты, обучающиеся на том или ином направлении, смутно представляют свою дальнейшую профессиональную деятельность, тем более её специфику. В дальнейшем это может сказаться на их профнепригодности, профзаболеваемости, уходу из профессии.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) – это специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной профессиональной деятельности [1].

Чтобы выявить цели и задачи ППФП для студентов, обучающихся по направлениям химического профиля (экологи, технологи), нами была изучена профессиограмма по следующему плану:

- 1) тип и класс профессии;
- 2) требования к индивидуальным особенностям специалиста;
- 3) условия труда;
- 4) профессионально-важные качества, обеспечивающие успешность выполнения профессиональной деятельности (раздел – Способности и личностные качества) [2].

Проанализировав вышеуказанные данные, выяснили, что профессиональная деятельность «инженеров-химиков» относится к категории работников умственного труда с некоторой долей физического. Повышенные требования, входящие в понятие вредности данной профессии, предъявляются к сенсомоторной (зрительно-двигательной) координации, способности к рас-

пределению и быстрому переключению внимания, к точности микродействий, к оперативному мышлению, долговременной памяти, к эмоциональной стрессоустойчивости, к общей и статической выносливости.

Таким образом, УК-7 по дисциплине «Физическая культура и спорт» и элективным курсам для обучающихся по направлениям химического профиля в области ППФП формируется следующим образом.

1. Лекционный раздел. Получение специальных знаний, непосредственно обуславливающих содержание профессиональной подготовки обучающихся, формы, режим труда и отдыха специалистов данного профиля, условия и характер их деятельности, особенности изменений работоспособности в процессе производства, медицинские противопоказания, вредность данной промышленности и т.д.

2. Методико-практический раздел. Использование ролевых, имитационных игр, проблемных ситуаций, непосредственно связанных с будущей деятельностью на производстве. Освоение методик по оценке физической работоспособности (тест РВС₁₇₀); оценка функционального состояния системы дыхания с помощью трехфазной пробы Серкина; определение состояния регуляции сердечно-сосудистой системы с помощью функциональной пробы Руфье и т.д.

3. Учебно-тренировочный раздел (по выбору избранного вида спорта или физкультурной деятельности с элементами ППФП).

Таким образом, исходя из профессиограммы работников химического профиля, для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности будущих выпускников на занятиях по физической культуре и спорту могут применяться следующие средства физического воспитания.

1. Бег на средние и длинные дистанции, лыжные гонки, плавание, туризм, скандинавская ходьба. Данные виды двигательной деятельности обеспечивают развитие общей выносливости и высокого уровня работоспособности, функционирования и тренированности сердечно-сосудистой, дыхательной и терморегуляционной систем; формируют прикладные навыки рациональной ходьбы и бега; способствуют совершенствованию адаптационных возможностей и сопротивляемости организма неблагоприятным факторам производственной среды и интоксикации; вырабатывают целеустремленность, терпение, самостоятельность, стойкость.

2. Баскетбол, волейбол, гандбол, хоккей, футбол, спортивные единоборства, бокс. Эти виды деятельности развивают сложную сенсомоторную координацию; формируют умения и навыки коллективных спортивных действий; обеспечивают высокий уровень общей работоспособности, функционирования центральной нервной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем, зрительного, слухового, двигательного и тактильного анализаторов; развивают выносливость, ловкость, простую и сложную двигательные реакции, быстроту и точность движений, умение дозировать

небольшие силовые напряжения; улучшают оперативное мышление, распределение и переключение внимания, эмоциональную устойчивость, инициативность, помехоустойчивость и др.

3. Элементы спортивной гимнастики, акробатики, упражнения на равновесие. Данные виды деятельности развивают навыки сенсомоторной координации, обеспечивают высокий уровень функционирования двигательного и зрительного анализаторов, улучшают умственные способности, сосредоточенность, концентрацию внимания, улучшают работу нервной системы, повышают стабильность позвоночника и суставов.

Таким образом, на основании проведённых исследований и анализа литературных источников можно сделать следующие выводы.

1. Для формирования универсальной компетенции по физической культуре и спорту у выпускников химического профиля в педагогический процесс по физическому воспитанию необходимо включать прикладные виды спорта и их элементы, способствующие приобретению профессионально важных качеств.

2. Физические и психические качества, необходимые будущему специалисту, можно развивать и совершенствовать средствами физической культуры.

3. Овладение знаниями в области ППФП и прикладными двигательными навыками способствует освоению профессии.

Библиографический список

1. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов / под ред. Р.Т. Раевского. М.: Высш. шк., 1985. 168 с.

2. Профессиограмма [Электронный ресурс]. URL <http://www.prof.eduprof.ru/professiograms/cat5.php>