

Шабельникова Галина Семеновна

доцент

Академия физической культуры и спорта

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

Чекунов Александр Александрович

студент

ФГАОУ ВО «Южный федеральный университет»

г. Ростов-на-Дону, Ростовская область

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ ДЛЯ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА В ХИМИЧЕСКОЙ ОТРАСЛИ

***Аннотация:** данная статья несет одну очень важную цель – показать исключительную важность физической культуры в будущем работника химической отрасли. Недооценивание значения физической культуры неизбежно приведет к несостоятельности и профессиональной непригодности. Это особенно актуально, ведь современные студенты или даже работники инженерных специальностей пренебрегают физической активностью, ссылаясь на исключительно умственный характер деятельности или же автоматизацию рабочего процесса. Исследование проводилось на основе эмпирических данных и опыта, как личного, так и заимствованного у коллектива и старших поколений, дедукции и индукции.*

***Ключевые слова:** физическая культура, химическая отрасль.*

Введение.

Прежде чем рассматривать роль физической культуры для человека, связавшего свою жизнь с какой-либо конкретной деятельностью, важно знать роль физической культуры для любого человека, вне зависимости от его трудовой деятельности и уклада жизни. Выявление основы физического воспитания для лю-

дей всех категорий – это необходимый шаг для конкретизации на работниках химической отрасли, имеющих свои, достаточно экзотические, тонкости в профессиональной деятельности.

Обозначение как общих, так и специальных атрибутов физической культуры определить ее роль в жизни и профессиональной деятельности человека, а в частности и для химика.

Чтобы изучить физическую культуру человека, необходимо учитывать все существующие особенности – как и тривиальные, так и инновационные, заставляющие человека воспитывать в себе новые качества и развивать навыки.

Так же место физической культуры в жизни людей должно рассматриваться, глядя не только на возрастное различие, а также на социальные и профессиональные ее приложения. Поэтому важен поэтапный анализ, тем более что для химика физическая культура важна в самых основных, но в то же время специфичных своих проявлениях.

Физическая культура, преподаваемая в вузах, кладет самый фундаментальный слой, базис, в формировании физического состояния будущего работника, так как воспринимается она уже на другом, более серьезном уровне, да и качество преподавания намного выше, чем в средних учебных заведениях, ведь преподается она по разработанным методикам с особым подходом к преподаванию.

Современные ритмы жизни требуют высокие и зачастую специфичные физические данные.

1. Значение и роль физической культуры для человека.

С малых лет нам внушают исключительную важность физического воспитания – родители и учителя приучают детей к физической активности с раннего детства, ведь правильное физическое развитие важно для гармоничного развития ребенка.

Когда подросток расставляет для себя жизненные приоритеты, зачастую занятия спортом оказываются не на последнем месте – именно в этот момент он

понимает важность физического развития для себя, возможно это мотивированно эстетикой – культ тела среди подростков занимает почетное место среди критериев оценивания сверстников.

Так же следует учесть и социальную полезность физической активности – она помогает встретить новых интересных людей и друзей.

Гармоничное сочетание физических нагрузок и умственных способствует наиболее гармоничному развитию, а также рационализирует расход активности человека в любом возрасте.

Человеку, хоть раз испытывавшему повышение тонуса, настроения, заряд бодрости от физических нагрузок будет трудно пренебрегать или вовсе отказываться от занятий физкультурой.

Так же следует напомнить, что занятия физкультурой это прекрасная профилактика различных серьезных заболеваний, например, гипертонии.

2. Требования работодателя к специалисту в химической отрасли.

При приеме на работу сотрудника оцениваются различные критерии будущего работника. Очень важно, что физическое состояние оценивается ничуть не меньше, чем профессиональные навыки – ведь ни одному работодателю не нужен болезный и слабый сотрудник, избегающий или не переносящий физических нагрузок и неподготовленный к различной физической активности.

Не смотря на кажущееся облегчение работы человека вследствие движения вперед научно-технического прогресса, он привносит свои подводные камни – зачастую одна процедура заменяется другой, не менее (а иногда и более) энергозатратной.

Так же в современности человек испытывает огромное количество стрессов и нервных потрясений, и работник с хорошим физическим состоянием естественно лучше сможет переживать какие-либо трудности этого плана.

Современные работодатели так же зачастую оплачивают лечение своим работникам, и естественно никому не нужен работник, просяживающий деньги компании в дорогостоящих клиниках.

Так же очевидно, что немаловажен и просто внешний вид сотрудника, ведь работать со здоровым красивым человеком намного приятнее. Сюда же относится и фраза «сотрудники – лицо компании».

В сфере профессионального применения у специалистов химической отрасли очень важно физическое состояние. Многие операции требуют невероятной точности и плавности движений, следовательно, моторика у работника должна быть на высочайшем уровне. Для настолько точных микродвижений пальцев и кистей необходимо быть физически подготовленным, иметь «набитую руку» и, естественно, быть здоровым – ведь о какой точности и плавности движений можно говорить при треморе от алкоголизма, при артрите пальцев рук, и так далее. Так же специалист должен иметь здоровые органы – анализаторы: глаза, нос и уши. Это связано с тем, что многие операции требуют достаточной остроты зрения и обоняния – например, для того чтобы определить перемену окраски раствора из оранжевой в персиковую, или из кирпичной в красную, когда надо определить по запаху выделяющийся газ (хлор, озон, аммиак и т.д.). Так же работник должен быть готов к более серьезным физическим нагрузкам – зачастую специалисты-химики самостоятельно устанавливают и транспортируют по предприятиям достаточно громоздкие баллоны с газами и сосуды с жидкостями. Необходимо иметь достаточно быструю реакцию, превосходную память, высокие вычислительные и умственные способности, усидчивость и невероятную концентрацию внимания.

Все вышеперечисленные факторы свидетельствуют о том, что нельзя недооценивать значение физической культуры в профессиональной деятельности будущего специалиста – химика.

Заключение

Подводя итог, можно сказать что работа химика не является исключительно умственной, и физическое состояние, на примерах вышеприведенных рутинных моментов в профессиональной деятельности, очень важно, и добиться его можно только регулярно занимаясь физической активностью.

Занятия спортом и физкультур зачастую недооцениваются, ведь их результат не виден сразу и наблюдается лишь спустя месяцы или даже годы. Но порой бывают моменты контрастных состояний, когда заметна разница до и после физической нагрузок. Пока человек еще молод, он должен следить за своим состоянием, ведь с возрастом приходят и соответствующие проблемы со здоровьем, и предупредить их, а иногда даже и вовсе исключить, можно лишь занимаясь физической активностью.

Занятия физической культурой не только придают человеку чувство собственного совершенства, но и формируют его дух. Особенно действуя на человека многогранно, физическая культура способна раскрыть его характер и личность максимально полно, ведь не следует забывать, что в здоровом деле – здоровый дух.

Человек сам должен прийти к осознанию важности для себя физической активности, и хорошо, если это будет вовремя, а не поздно. Спорт и физическая культура – это не только здоровый образ жизни, но еще и безграничный ресурс для реализации своих потребностей, талантов и желаний, залог долголетия и здоровой, полной жизни.

Список литературы

1. Кузнецов А.К. Физическая культура в жизни общества. – М., 1995.
2. Физическое воспитание: Учебник для студентов вузов. – М.: Высшая школа, 1983.
3. Физическая культура и человек: Учебное пособие для вузов. – 1991.