(cc) BY

Автор:

Полысаева Светлана Юрьевна

студентка

Научный руководитель:

Соколова Ирина Юрьевна

старший преподаватель

ФГБОУ ВО «Вологодский государственный университет»

г. Вологда, Вологодская область

РОЛЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ В САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА

Аннотация*: в данной работе исследователями рассмотрены цели, задачи профессионально-прикладной физической подготовки и ее роли для студента в его самореализации и становлении в выбранной профессии.*

Ключевые слова*: профессионально-прикладная физическая подготовка, личность студента, самореализация.*

В реальное время высшее образование является обязательной частью экономики нашего государства. Одним из моментов финансового и общественного прогресса общества выступает содержательные основы образования, которое нацелено на обеспечение самоопределения личности и создание условий для самореализации в личностном и профессиональном планах. Это обусловлено тем, собственно, что действенно профессиональную работу воплотят в жизнь лишь только универсально мыслящие знатоки, которые знают и различают широкий диапазон проявлений общественной и профессиональной реальности, воспринимают мир в единстве и целостности.

Здоровье в условиях развития экономики играет роль обязательного и необходимого фактора профессионального роста. Недостаточная физическая подготовка, ухудшение здоровья, усиление маргинальности и самодеструктуризация значимой части студенческой молодежи считаются закономерными

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

последствиями недостаточной двигательной активности на фоне больших умственных нагрузок и даже перегрузок в процессе обучения.

Физическая культура считается частью общечеловеческой культуры, культурной деятельностью, итоги которой могут быть полезны для общества в целом и личности в частности. Это единственный предмет, традиционно входящий в базовое содержание образования. В общественной жизни, в системе образования, воспитания, ежедневного быта, в сфере организации труда, здорового отдыха физическая культура имеет свое воспитательное, образовательное, оздоровительное, экономическое и общекультурное значение.

Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП) входит в систему основных моментов, определяющих составление целостности личности человека.

Целью профессионально-прикладной физической подготовки студента в современном обществе считается помощь изучению определенной профессии. А также достижение важного уровня профессиональной дееспособности и психофизической готовности к высокопроизводительному труду.

Определенными задачами профессионально-прикладной физической подготовки считаются:

1. Формирование важных прикладных знаний, способностей и умений всевозможных восприятий, оперативного мышления, запоминания, выразительной речи, умение наблюдать, организаторских и командных способностей и возможностей, приобретение знаний, умений, привычек применения физической культуры и спорта в прикладных целях;

2. Обеспечение высочайшего уровня профессиональной работоспособности, укрепление всех систем организма в том числе и центрально-нервной, сердечно-сосудистой, дыхательной и мышечной и других;

3. Укрепление здоровья, предотвращение профзаболеваний;

4. Формирование важных профессиональных психофизических качеств личности будущего специалиста.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

Прикладные знания имеют конкретную ассоциацию с будущей профессией студента. Их, возможно, получить в процессе физического воспитания, на лекциях по учебным дисциплинам «Физическая культура» и «Элективные дисциплины по физической культуре и спорту», во время коротких методических разговоров и установок на методико-практических и учебно-тренировочных занятиях, а так же методом самостоятельного анализа литературы.

Становление прикладных физических качеств: быстроты, выносливости, силы, ловкости и гибкости важны во многих видах профессиональной деятельности. Где специалистам для высококачественного выполнения работы потребуется или же завышенная общая выносливость, или же стремительность, или же сила отдельных групп мышц, или же ловкость. Преждевременное обращение внимания на формирование и развитие данных прикладных качеств в процессе физического воспитания для профессионального уровня и считается одой из важных задач ППФП.

Прикладные психические свойства и качества личности, нужные будущему специалисту и формируются на учебно-тренировочных занятиях в ВУЗе, во время проведения спортивно-массовых мероприятий, соревнований или же самостоятельно, по индивидуальному заданию преподавателя. Лишь только на спортивных тренировках, соревнованиях, при систематических самостоятельных занятиях физической культурой создаются условия, при которых проявляются волевые качества личности, такие как напористость, решительность, дерзость, выдержанность, присутствие духа, самодисциплина. Целенаправленным подбором определенных упражнений, выбором вида спорта или спортивных игр, возможно, влиять на человека, содействуя формированию определенных психических свойств и качеств личности, определяющих успешность в освоении будущей профессии.

Почти все спортивные и тем более игровые факторы имеют все возможности моделировать вероятные ситуации в повседневной жизни в производственном коллективе, поэтому подбор средств ППФП производится с учетом

Content is licensed under the Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)

особенностей учебного процесса и специфики будущей профессиональной деятельности студентов на факультете.

Воспитанная в спортивной деятельности привычка соблюдать установленные нормы и правила поведения (чувство коллективизма, выдержка, уважением к соперникам, трудолюбие, самодисциплина) переносятся в повседневную жизнь, в дальнейшем в профессиональную деятельность. Сознательное преодоление трудностей в процессе регулярных занятий физической культурой и спортом, воспитывают волю, самодисциплину, уверенность в себе.

ППФП студентов способствуют укреплению физического здоровья обучающихся, успешно развивая коммуникативность, эмоциональную устойчивость, рефлексию, сверхнормативную активность, оптимизирует формирование общекультурных и профессиональных компетенций будущих специалистов.

Список литературы

1. Бишаева А.А. Профессионально-оздоровительная физическая культура студента / А.А. Бишаева. – М.: КноРус, 2012. – 304 с.

2. Гришина Ю.И. Общая физическая подготовка / Ю.И. Гришина. – М.: Феникс, 2010. – 256 с.

3. Кабачков В.А. Профессионально-прикладная физическая подготовка / В.А. Кабачков, С.А. Полиевский. – М.: Высшая школа, 2010. – 176 с.

4. Холодов Ж.К. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Ж.К. Холодов, В.С. Кузнецов. – М.: Академия, 2010. – 480 с.

5. Физическая культура студента: Учебник / Под ред. В.И. Ильинича. – М.: Гардарики, 2011. – 448 с.

Содержимое доступно по лицензии Creative Commons Attribution 4.0 license (CC-BY 4.0)