

Ежегодные медицинские обследования с целью осуществления врачебного контроля за состоянием здоровья студентов, занимающихся физической культурой и спортом, затягиваются по времени и заканчиваются к окончанию второго семестра, что срывает формирование учебных групп до начала учебного года.

Особый вопрос для обсуждения – студенческий спорт. Детально не останавливаясь на этом вопросе, заметим, что развитие спорта требует возрождения спортивных студенческих клубов.

Таким образом, можно заключить, что основные пути совершенствования организации физического воспитания в вузах просматриваются в следующем:

1. Строгое соблюдение требований Государственного образовательного стандарта в организации и проведении учебного процесса по физическому воспитанию (полноценное чтение лекционного курса и проведение методико-практических занятий).

2. Повышение качества издаваемых учебных и методических пособий по дисциплине «Физическое воспитание».

3. Создание необходимых условий для регулярного повышения квалификации и переподготовки научных и педагогических кадров по физической культуре.

4. Внедрение в учебный процесс по физическому воспитанию современных образовательных и информационных технологий.

5. Укрепление учебно-спортивной и научно-методической базы в высших учебных заведениях и создание студентам условий для занятий физической культурой во внеучебное время.

6. Решение вопроса о специализированной подготовке в академиях физической культуры преподавателей для кафедр физического воспитания высших учебных заведений.

7. Улучшение медицинского обеспечения учебного процесса по физическому воспитанию, организация на кафедре физвоспитания и спорта врачебно-физкультурного кабинета с необходимым оборудованием и персоналом.

Данные предложения не могут претендовать на всеобъемлющее решение проблемы совершенствования учебного процесса по физическому воспитанию студентов, но, безусловно, помогут улучшить психофизическую подготовку студентов к профессиональной деятельности.

УДК 796:378

В.А. Тереня, преподаватель

РОЛЬ ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В ВУЗЕ ПРИ ФОРМИРОВАНИИ БУДУЩЕГО СПЕЦИАЛИСТА

In the article the role of Physical Training Culture at the University is depicted as one of the main factors of a specialist's formation.

Физическая культура является частью общей культуры человечества и вбирает в себя не только многовековой ценный опыт подготовки человека к жизни, освоения, развития и управления во благо человека заложенных в него природой физических и психических способностей, но, что не менее важно, и опыт утверждения и закалки проявляющихся в процессе физкультурной деятельности моральных, нравственных начал человека. Под современным широким понятием «физическое воспитание» подразумевается органическая составная часть общего воспитания – учебный, педагогический

процесс, направленный на освоение человеком личностных ценностей физической культуры. Иными словами, целью физического воспитания является формирование физической культуры личности, т. е. той стороны общей культуры человека, которая помогает реализовать его биологический и духовный потенциал.

Физкультура и спорт, как замечательные общественные явления, достигли своего современного состояния, поддерживаемого и развиваемого в большинстве стран на высоком государственном уровне, благодаря длительному историческому пути. Движущей силой этих явлений были и остаются потребности отдельного человека и общества в воспитании физически и духовно здорового молодого поколения, в подготовке его к жизни, в разностороннем развитии личности, в достижении удовольствия, радости, здоровья и многого другого, что могут дать занятия физкультурой и спортом.

В высших учебных заведениях процесс физического воспитания студентов осуществляется через учебную дисциплину «Физическое воспитание». На современном этапе перед ним стоит задача – вести подготовку специалистов на высоком научно-техническом уровне, с применением современных методов организации учебно-воспитательного процесса.

Воздействие физических упражнений на человека чрезвычайно многообразно. При методически правильном использовании они благополучно влияют практически на все органы и системы. Для развития и совершенствования функциональных возможностей организма и профессионально важных психофизических качеств можно успешно использовать занятия традиционными разделами вузовского физического воспитания (легкая атлетика, гимнастика, плавание, спортивные игры), а также другие активно двигательные виды по выбору, дополненные специальными упражнениями и приемами. Большой эффект дают использование тренажерной техники, специально сконструированных полос препятствий, занятия профилированными видами спорта, применение тестов, моделирующие психофизические требования, предъявляемые к специалистам профессиональной специфической деятельности. При формировании современных специалистов задачами физического воспитания являются: развитие максимальных качеств, двигательных, волевых и умственных навыков, обеспечивающих максимальную профессиональную дееспособность, надежность и долголетие в широком профессиональном поле деятельности, в условиях жесткой личностной конкуренции и интенсификации труда; формирование профессиональных знаний и умений по физической культуре.

Физическая подготовленность является внешним проявлением уровня физической активности: уровня развития физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости), двигательных умений и навыков, необходимых для успешного осуществления определенного рода деятельности человека. Необходимый уровень физической подготовленности достигается в результате упорной тренировки, называемой физической подготовкой.

Физическая подготовка и ее результаты могут носить как общий характер, так и направленный на определенный вид деятельности. Общая физическая подготовка направлена на достижение определенного уровня развития основных физических качеств, на овладение жизненно необходимыми умениями и навыками и является одной из основных составляющих процессов физического воспитания. Общая физическая подготовка не может полностью решить задачи профессионально-прикладной физической подготовки будущих специалистов.

ППФП обеспечивает развитие и совершенствование профессионально важных физических и психофизиологических качеств, а также повышение общей и неспецифической устойчивости организма в условиях неблагоприятной среды. В арсенале физической и спортивной деятельности накоплено достаточно эффективных средств, развивающих физические и психические качества и свойства личности, необходимые для высокопрофессионального труда. Опыт освоения разнообразных умений и навыков, укрепление здоровья в процессе физического воспитания ускоряют овладение трудовыми двигательными навыками, повышает сопротивляемость организма неблагоприятным факторам профессиональной деятельности.

Особенности профессиональной подготовки инженеров-экономистов определяются деятельностью, связанной, прежде всего, с приемом, хранением и переработкой производственной информации, принятием решений зрительно-моторными действиями, нагрузкой на отдельные органы и системы и т. д. Специфические особенности будущего труда являются причиной ряда заболеваний (болезнь сердца, кровеносных сосудов, нарушение осанки и т. д.), поэтому инженеру-экономисту особенно необходимы занятия физическими упражнениями, обеспечивающими хорошее состояние центральной нервной, сердечно-сосудистой систем и т. д. Ему необходимы статическая выносливость мышц спины, шеи, туловища, большая точность движения рук и пальцев.

Направленность ППФ подготовки для студентов этой специальности заключается в развитии устойчивости к гиподинамии, статической выносливости мышц рук и туловища, подвижность суставов рук, пальцев, концентрация и устойчивость внимания, терпения.

В содержание комплексов по физическому воспитанию для студентов-экономистов входят беговые упражнения по строго определенному маршруту, упражнения с отягощениями для мышц рук и ног, сжатие теннисного мяча, броски теннисного мяча, бег с изменением направления, ходьба и бег с подбрасыванием и ловлей предметов, игра в волейбол.

Повышение профессиональной подготовленности и устойчивости организма молодых специалистов к вредным условиям производства вызывает необходимость усиления научных поисков по повышению неспецифического влияния средств физического воспитания.

Инженеры-химики часто находятся на технологических установках, где применяются стационарные и переносные измерительные приборы. Направленность физического воспитания студентов этой специальности заключается в развитии общей выносливости, быстроты, способности часто чувствовать и дозировать небольшие по величине силовые напряжения, совершенствовании свойств внимания. В результате можно рекомендовать следующие виды упражнений: медленный бег, кроссовый бег от 3 до 5 км, интервальный бег на отрезки 200–1000 м, плавание до 45 мин, ныряние на время и расстояние, продолжительные игры в баскетбол, мини-футбол, упражнения на гимнастических снарядах, единоборства, дыхательные упражнения.

Планируя занятия по физическому воспитанию для инженеров-технологов и инженеров лесного хозяйства, необходимо включать в них физические упражнения, направленные на развитие и совершенствование общей выносливости, силы, координации движений, развитие способности сосредотачивать внимание, повышать устойчивость организма студентов к атмосферным воздействиям и неблагоприятным факторам производственной и атмосферной среды.

В занятия по физическому воспитанию включаются следующие физические упражнения: бег на длинные дистанции, бег по пересеченной местности, прыжковые упражнения, упражнения с отягощением и силовые упражнения, плавание, стрельба, спортивные игры.

Вместе с тем специфика условий труда ряда специальностей и специализаций во многом схожа, поэтому требует примерно одинаковых средств физической культуры и спорта, единых профессионально-прикладных навыков и умений. ППФП студентов вузов рассматривается как составная часть системы профессиональной подготовки, физкультурного образования и воспитания, направленная на обеспечение максимально высокой дееспособности, надежности и профессионального долголетия специалистов в условиях предельной интенсивности труда. Не менее важным в процессе ППФП является и овладение рекреационными и реабилитационными средствами физической культуры, позволяющими восстанавливать работоспособность и бороться с профессиональными заболеваниями в будущем.

УДК 531

С.Э. Бобровский, ст. преподаватель; В.С. Исаченков, ассистент; Б.М. Шишло, ассистент

ОСОБЕННОСТИ ОРГАНИЗАЦИИ РАБОЧЕГО ВРЕМЕНИ СТУДЕНТОВ ПЕРВОГО КУРСА

Recommendations for organization of student's work time for first study year at Technician University are given.

Основой учебно-воспитательного процесса подготовки специалистов является правильная организация рабочего времени. У студентов первого курса она имеет особенности. На причинах возникновения и путях решения проблемы хотелось бы остановиться подробнее.

Сдав вступительные экзамены, бывшие школьники стали первокурсниками, и в первое время у них возникает комплекс проблем научной организации труда. Это связано в первую очередь с различиями в методике обучения и организации самостоятельной работы в школе и университете. В школьные годы учащимся прививалась привычка выполнения учебных заданий ежедневно, при этом опрос осуществлялся так же ежедневно, но выборочно. Ранее пройденный материал в большинстве случаев не опрашивался, а объективность школьных контрольных работ всем хорошо известна. Отличительной чертой образования в университете является упор на самостоятельную работу. Контроль знаний происходит периодически у всех студентов, по всему пройденному курсу, в виде зачетов и экзаменов. В этом противоречии и заложена, по нашему мнению, проблема научной организации труда студентов первого курса.

На основе современной педагогики высшей школы, изучения практики вузов, а также собственных наблюдений и опыта определяется комплекс мероприятий по возможному преодолению данной проблемы.

Труд преподавателя предполагает превращение деятельности студента в такую потребность, когда побудительным мотивом будет не внешняя необходимость, а внутреннее содержание самой деятельности, что приведет к созданию всесторонне и гармонически развитой личности, гражданина нашей страны.

Процесс всестороннего развития личности сложен и специфичен. Специфичность его состоит в том, что студенты – это не только представители социальной общности