

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ В ВУЗЕ КАК ОДНО ИЗ ВАЖНЕЙШИХ
СРЕДСТВ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ-АГРАРИЕВ К УСПЕШНОМУ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ТРУДУ**

**Matching university physical education and sports training to the Future Needs of
students in their professional work in the agricultural sector**

Миронова Г. Л., канд. биол. наук, проф., кафедра физического воспитания и спорта,
Сапаров Б. М., канд. пед. наук, доц., кафедра физического воспитания и спорта,
Антонов С. В., канд. пед. наук, заведующий, кафедра физического воспитания и спорта,
Каримов Н. М., доц., кафедра физического воспитания и спорта,
Тушнолобова Н. Л., ст. преподаватель, кафедра физического воспитания и спорта,
Шинкарьюк Л. А., ст. преподаватель, кафедра физического воспитания и спорта,
Уральский Государственный Аграрный университет
(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

Рецензент: Новаковский С. В. д-р пед. наук, проф.
Уральского государственного Федерального университета

Аннотация

Состояние и перспективы развития современного агропромышленного производства (АПП) России требуют от выпускников-аграриев наличия крепкого здоровья, соответствующих знаний, профессиональных и психофизических свойств и качеств личности, необходимых в конкурентной борьбе на рынке труда.

В процессе подготовки выпускников к конкретным видам профессиональной деятельности становится все более актуальным обоснованное научно-методическое применение средств физической культуры и спорта, способствующих развитию специально значимых черт характера, социальной активности, формированию здоровья, духовного, нравственного и эстетического развития личности.

Для решения стоящих перед вузами задач при подготовке специалистов используют педагогический процесс физического воспитания, направленный на завершение морфологического и функционального развития организма обучающихся, улучшение основных жизненно важных двигательных умений и навыков, сохранение и укрепление здоровья, формирование личностных качеств, а также поддержание физической и умственной работоспособности, активной творческой позиции.

Особенности профессионального труда специалистов АПП, работающих в различных природно-климатических и экономических районах Российской Федерации, требуют профилирования физического воспитания студентов с учетом условий, характера труда и других факторов будущей профессии выпускников аграрных вузов. Качество подготовки, в том числе и физической, к предстоящей профессиональной деятельности для каждого молодого специалиста приобретает не только личное, но и социально-экономическое значение в обществе. Успешное овладение профессией и совершенствование в ней являются методологической основой требований к функциональному состоянию организма и профессиональной пригодности. Физическое воспитание студентов должно осуществляться с учетом условий и характера предстоящей профессиональной деятельности, а значит, содержать в себе элементы профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП).

Для этого необходимо создать у выпускников аграрного вуза психофизические предпосылки и готовность к ускорению профессионального обучения; достижению высокопроизводительного творческого труда; профилактике производственного травматизма и профессиональных заболеваний; обеспечению профессионального долголетия и др. Подбор средств ППФП на кафедре физического

воспитания и спорта УрГАУ проводится с учетом особенностей учебного процесса на каждом факультете и специфики будущей профессиональной деятельности выпускников (инженер, технолог, ветеринарный врач, бухгалтер, экономист и др.). Содержание ППФП опирается на психофизиологическое тождество трудового процесса и средств физической культуры и спорта. Благодаря этому на учебных занятиях по физическому воспитанию моделируются отдельные элементы трудовых процессов. Наряду со специфическим тренировочным эффектом в процессе ППФП обеспечивается также в известной степени и генерализованный эффект, когда параллельно происходит общее укрепление организма человека и повышается уровень всестороннего психофизиологического развития личности.

Ключевые слова: студент, выпускник, труд, профессионально-прикладная физическая подготовка, физическая культура, спорт, двигательные качества, физическое воспитание

Summary

University level physical education and sports training for students at agricultural universities in Russia should be tailored to the professional needs students will have in their jobs after graduation. This includes building physical stamina needed for a number of careers in agriculture. In addition, involvement in team sports activities also can improve the ability of graduates to work together in professions that require coordination and teamwork. An added benefit is improved physical health that results from a pattern of regular exercise and activity. Finally, there is evidence that a pattern of regular physical activity is related to improved mental skills and capabilities for graduates.

Keywords: student, graduate, work, professional-applied physical training, physical training, sport, movement quality, physical education

Условия жизни и труда современного специалиста агропромышленного комплекса связаны с влиянием многих факторов (экономические, экологические, развитие науки и технологий, внедрение широкого спектра средств автоматизации в современное производств, компьютеризация, возрастающий поток научно-технической информации и др.) требуют от специалистов значительного напряжения умственных, физических, психических сил, высокоэффективной координации и культуры движений, большой концентрации внимания, что приводит к напряжению психических и физиологических функций организма человека [5,6].

Современное положение на рынке труда требует новых подходов к подготовке будущих специалистов аграрного сектора экономики, обладающих комплексом физических, психофизиологических качеств, двигательных умений, специальных знаний, связанных с особенностями избранной профессии. Физическое воспитание всегда было одним из средств подготовки человека к трудовой деятельности и приспособления к социальной среде. Физическая культура и спорт, как грани общечеловеческой культуры, играют огромную роль в формировании физически, духовно и нравственно здорового специалиста, профессиональной подготовки к предстоящей трудовой деятельности [1].

Результативность многих видов профессионального труда существенно зависит, кроме прочего, от специальной физической подготовленности, приобретаемой предварительно путем систематических занятий физическими упражнениями, адекватными в определенном отношении требованиям, предъявляемым к функциональным возможностям организма профессиональной деятельности и ее условиям [2].

Становится все более актуальным научно и методически обоснованное применение физической культуры и спорта в процессе подготовки выпускников к конкретным видам труда, развивая двигательные качества, необходимые для успешной профессиональной

деятельности, содействуя развитию общественно значимых черт характера, социальной активности, оказывая влияние на формирование духовного, нравственного и эстетического развития личности обучающихся.

Изыскание новых научно обоснованных форм, средств и методов физического воспитания, соответствующих требованиям научно-технического прогресса, является в настоящее время важнейшей задачей теории и практики физкультурного движения. Роль ППФП в подготовке специалистов, способных успешно работать в усложняющихся условиях производства, с каждым годом возрастает. В настоящее время полноценное использование профессиональных знаний и умений возможно при хорошем состоянии здоровья, высокой работоспособности специалистов, которые могут быть приобретены ими при регулярных и специально организованных занятиях физической культурой и спортом как в период обучения в вузе, так и после завершения учебы. Качество подготовки, в том числе и физической, к предстоящей профессиональной деятельности для каждого молодого специалиста приобретает не только личное, но и социально-экономическое значение.

Успешное овладение профессией и совершенствование в ней являются методологической основой требований к функциональному состоянию организма и профессиональной пригодности. Физическое воспитание студентов должно осуществляться с учетом условий характера их к предстоящей профессиональной деятельности, а значит, содержать в себе элементы профессионально-прикладной физической подготовки. Необходимо использовать средства физической культуры и спорта для формирования у студентов профессионально необходимых физических качеств, навыков, знаний, а также для повышения устойчивости организма к воздействию внешней среды. В связи с этим ППФП является самостоятельным разделом в программе физического воспитания студентов высших учебных заведений.

Профессионально-прикладная физическая подготовка – это специально направленное и избирательное использование средств физической культуры и спорта для подготовки человека к определенной трудовой деятельности. Специфика построения занятий ППФП заключается в соподчиненности целей и задач этих занятий целям и задачам конкретной профессиональной деятельности, поэтому важно учитывать требования, предъявляемые к специалисту, характеру и условиям работы.

Особенности профессионального труда специалистов агропромышленного производства, работающих в различных природно-климатических и экономических районах Российской Федерации, требуют профилирования физического воспитания студентов с учетом условий, характера труда и других факторов будущей профессии выпускников аграрных вузов.

Цель ППФП – психофизическая готовность выпускника к успешной профессиональной деятельности. Для этого необходимо создать у выпускников аграрного вуза психофизические предпосылки и готовность к ускорению профессионального обучения; достижению высокопроизводительного творческого труда; профилактике профессиональных заболеваний и травматизма; обеспечению профессионального долголетия и др. Программой физического воспитания в объеме 400 ч на весь период обучения в вузе предусмотрено ознакомление студентов с теоретическими основами ППФП, обучение их некоторым профессионально-прикладным упражнениям, повышение уровня двигательных качеств, необходимых будущим специалистам АПК, подготовка их к участию в соревнованиях по специально-прикладным видам спорта. Следует отметить, что отдельные разделы (элементы) ППФП могут быть реализованы в учебные часы, отводимые на специальные предметы. Теоретический материал по ППФП доводится до студентов не только на занятиях по теории, но и во время проведения практических занятий. Из курса физического воспитания необходимо исключать те разделы

ППФП, которые осваиваются на профилирующих кафедрах. В то же время в ряде случаев, например, вопросы, связанные с техникой безопасности, целесообразнее объяснять не на теоретических, а на практических занятиях.

Подбор средств ППФП на кафедре физвоспитания и спорта УрГАУ проводится с учетом особенностей учебного процесса на каждом факультете и специфики будущей профессиональной деятельности выпускников (инженер, технолог, ветеринарный врач, бухгалтер, экономист и др.). Содержание ППФП опирается на психофизиологическое тождество трудового процесса, физической культуры и спорта. Благодаря этому на учебных занятиях моделируются отдельные элементы трудовых процессов.

Труд выпускников аграрного вуза становится все более ответственным, напряженным и сложным по содержанию. В настоящее время в их обязанности входит выполнение множества разнообразных функций: руководство коллективом, прогнозирование и планирование производства, разработка и совершенствование конструкций зоотехнических сооружений, лечение животных и птиц, разработка и внедрение вопросов племенного дела, рационов кормления, зооветеринарных и профилактических мероприятий, организация и охрана труда работающих, обеспечение техники безопасности производства, разработка и совершенствование конструкций сельскохозяйственной техники, зоотехнических сооружений и др. [3].

Специалист с высшим аграрным образованием – один из организаторов производства, и от его деятельности во многом зависит решение основных экономических задач в обществе. Каждому руководителю подразделения требуются умения быстро разбираться в сложной производственной ситуации, сопровождающейся зачастую значительным эмоциональным напряжением, обусловленным большой ответственностью за принятые решения, результаты работы, здоровье и жизнь подчиненных.

Экстремальные и стрессовые ситуации требуют от специалистов и, прежде всего, от руководителей, способности управлять своими чувствами, выдержкой и самообладанием, т.е. требуются эмоциональная устойчивость, тактичность и другие важные личностные качества, обусловленные необходимостью преодолевать различные трудности. Эти качества особенно нужны при работе с людьми. Современному специалисту также требуются оперативная память, оперативное мышление, умение быстро анализировать поступающую информацию, выбрать правильное решение и реализовать его, а также оперативная и долговременная память – способность запоминать на короткое и длительное время значительный объем информации, специальные знания и умения и оперировать ими (для ветеринарных врачей это качество особенно необходимо).

Непосредственно в структуре самой деятельности специалиста чаще всего выделяют ориентировочные, исполнительные и контрольные компоненты (акты), которые конкретизируются как мотив, цель, план действий, оперативный образ, принятие решения, само действие, проверка результатов и коррекция действий [3].

Усиление доли умственного труда в современном производстве качественно меняет характер требований к использованию потенциала человека, развитию нервной системы, подвижности мыслительных процессов и уровню работоспособности. Изучение профессий инженера, технолога, экономиста, ветеринарного врача и др. показывает, что в их деятельности важную роль играют не только физические, но и психические качества. Им необходимы такие качества внимания, как способность одновременно воспринимать несколько объектов (объем внимания), выполнять несколько действий (распределение

внимания), быстро переносить внимание с одного объекта на другой (переключение внимания), сосредотачиваться на одном объекте (концентрация внимания) и др.

К числу необходимых компонентов профессиональной подготовленности выпускников сельскохозяйственных вузов, реализуемых в процессе ППФП, относятся различные сенсорные, умственные, двигательные, волевые, педагогические, организаторские навыки и умения. Стрессы, сопровождающие их труд, отрицательно влияют на работоспособность, состояние здоровья, приводят к ошибкам, конфликтным ситуациям и т.д.

Прикладные умения и навыки обеспечивают безопасность в быту и при выполнении определенных профессиональных видов работ, способствуют быстрому и экономичному передвижению при решении производственных задач (плавание, ходьба на лыжах, гребля, управление автотранспортом, езда на лошади и др.). Длительное пребывание в помещении, работа за столом или в вынужденной позе приводят к нарушению осанки, застойным явлениям крови, вызывают нарушения работы внутренних органов, снижают работоспособность, требуя в процессе профессионально-прикладной физической подготовки использования таких видов спорта как гимнастика, акробатика, легкая атлетика, спортивные и подвижные игры и др.

Прикладные специальные качества можно развивать путем закаливания, специальных упражнений, воздействующих на вестибулярный аппарат (кувырки, вращения в разных плоскостях), укреплением мышц брюшного пресса, упражнениями на выносливость, при которых возникает двигательная гипоксия и др. Прикладные психофизические качества и свойства личности формируются на учебно-тренировочных занятиях и самостоятельно. При регулярных самостоятельных занятиях физическими упражнениями создаются условия, когда проявляются такие волевые качества, как настойчивость, решительность, смелость, выдержка, самообладание, самодисциплина и др. Сознательное преодоление трудностей в процессе регулярных занятий физической культурой и спортом, борьба с нарастающим утомлением, ощущениями боли и страха воспитывают волю, самодисциплину, уверенность в себе [4].

Для ветеринарных врачей, например, наиболее распространенными заболеваниями являются аллергические, простудные, бронхолегочные, заболевания опорно-двигательного аппарата и др. Для их профилактики необходимы хорошо развитые такие качества, как ловкость, выносливость, пространственная ориентация, быстрота и точность движений, вестибулярная устойчивость, хорошая координация рук и подвижность суставов и др., при этом следует использовать разнообразные упражнения на развитие общей и специальной выносливости, выполняемые в аэробном и анаэробном режимах; дыхательную гимнастику; акробатику лыжный и велосипедный спорт; туризм; кроссовый бег; бег на средние и длинные дистанции; скандинавскую ходьбу; продолжительные игры в баскетбол, футбол, гандбол, подвижные игры и эстафеты на свежем воздухе, и др. Известно, что заболевания опорно-двигательного аппарата возникают в условиях длительного нахождения специалиста в вынужденных позах и статического напряжения мышц в процессе лечения и удерживания животных. Под воздействием специфических ненормированных нагрузок развиваются невралгии, остеохондроз, радикулиты, бурситы, артрозы и другие заболевания. Профилактика такого рода заболеваний предполагает выработку у студентов способности дозировать нагрузки и развивать статическую устойчивость, используя элементы легкой и тяжелой атлетики, гимнастики, спортивных игр, закаливание и др. [3].

Направленным подбором физических упражнений из различных видов спорта можно акцентированно воздействовать на человека, способствуя формированию конкретных качеств

и свойств личности, определяющих успешность профессиональной деятельности специалиста. Наряду со специфическим тренировочным эффектом в процесс ППФП обеспечивается в известной степени и генерализованный эффект, когда параллельно происходит общее укрепление организма человека, повышается уровень всестороннего психофизического развития личности [4].

Библиографический список

1. Миронова Г.Л., Каримов Н.М. Формирование культуры личности выпускника аграрного университета с использованием средств физической культуры и спорта [Текст]: статья в журнале «Аграрный вестник Урала», Екатеринбург, 2013, №9 (115), с. 71-73.

2. Матухно Е.В. Профессионально-прикладная физическая подготовка [Текст]: учеб.пособие. – Комсомольск-на- Амуре : изд-во К-н-А,ГТУ, 2013.

3. Миронова Г.Л. Физическая культура в вузе [Текст]: Учеб. пособие для студ. вузов. - Екатеринбург: изд-во Урал. гос. сельскохозяй. акад., 2005, с.458-462

4. Миронова Г.Л., Эбботт Э.А. – Профессионально-прикладная физическая подготовка как основа успешной трудовой деятельности выпускника вуза [Текст]: статья в журнале «Аграрный вестник Урала», 2014, №9 (127).

5. Миронова Г.Л., Неверова О.П. Роль физического воспитания в подготовке выпускников аграрного университета// Аграрное образование и наука. 2013. № 4. С. 6.

6. Миронова Г.Л., Неверова О.П. Реабилитация человека в физкультурно-оздоровительной и профессиональной деятельности// Екатеринбург, 2014.