

## ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ, ОБУЧАЮЩИХСЯ В ВЫСШИХ УЧЕБНЫХ ЗАВЕДЕНИЯХ АГРОПРОМЫШЛЕННОГО КОМПЛЕКСА (АПК)

**Антипова Л.В., Прохоров Ю.М.**

УО «Витебская ордена «Знак Почета» государственная академия  
ветеринарной медицины», г. Витебск, Республика Беларусь

Интенсивный темп современного производства требует от человека иногда даже значительного, умственного, психического и физического напряжения абсолютно в любой области производства. При этом особенности профессии определяют свой уровень психофизических состояний и профессиональной подготовки кадров. Технологизация и высокая конкуренция, предъявляя высокие требования к специалистам высшей квалификации, предполагает специальную профессионально-прикладную физическую подготовку (ППФП), поэтому физическое воспитание студентов должно быть направлено на развитие специальных физических качеств, позволяющих успешно адаптироваться к решению производственных задач уже на этапе обучения студентов в вузе. Это должно находить свое отражение в целях и задачах профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) студентов, реализуясь в рамках организации официальных и дополнительных – организованных самостоятельно, учебно-тренировочных занятий по физической подготовке. ППФП – это направленное и выборочное использование средств физической культуры и спорта для подготовки молодого специалиста к определенной профессиональной деятельности. Задачи и содержание ППФП должны соответствовать профессиональным требованиям данной специальности, которые заключаются в особенностях технологии и внешних условиях труда [1, 2].

Исследуя проблему ППФП студентов УО ВГАВМ, мы опирались на результаты работы: Валиуллиной О.В., Мироновой Г.Л., Джолиева И.М., Каримова Н.М., Гульянца А.Е., Беликова Е.М. и др., которые утверждали, что ППФП студентов высшего учебного заведения должна стать неотъемлемой частью учебно-воспитательного процесса. Исходили из того, что ППФП студентов на этапе их обучения ставит перед собой цель не только повысить психофизическую готовность студентов к выбранной профессии, но и сократить срок их адаптации на производстве, способствовать повышению профессионализма, достижению высокой работоспособности и производительности труда, начиная с первых трудовых будней. Было установлено, что труд специалистов агропромышленного комплекса (АПК), ветеринарных врачей и зоотехников характеризуется:

- ненормированной продолжительностью рабочего дня и перерывов для отдыха;
- постоянной высокой двигательной активностью;
- неравномерным распределением общей рабочей и двигательной нагрузки в зависимости от сезона года;
- работой в полевых и смешанных условиях;
- использованием различных средств передвижения;
- большой нагрузкой на опорно-двигательный аппарат;
- значительной физической усталостью и психоэмоциональным утомлением к концу рабочего дня;
- постоянно изменяющимися погодными условиями и др.

Результаты наших исследований показывают, что спектр профессионально необходимых качеств специалиста аграрного профиля достаточно широк, и поэтому процесс их формирования требует комплексного подхода, включая: физические упражнения для каждой группы мышц и различной интенсивности; использование спортивных игр и других видов спорта для развития двигательной активности; применение специальных процедур закаливания организма с целью профилактики заболеваний и укреп-

ления здоровья; соблюдение личной гигиены и гигиенических норм и правил при организации и проведении учебно-тренировочных занятий и другие виды физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности [3].

Этими особенностями и определяются основные направления и средства ППФП, среди которых первостепенная роль отводится физическим упражнениям, способствующим минимизации неблагоприятных воздействий специфических особенностей трудовой деятельности на организм человека и состояние его здоровья. Исходя из перечисленных выше особенностей, в качестве эффективных средств физической подготовки студентов нами были определены комплексы упражнений, направленные на:

- развитие общей выносливости, которая развивает способности противостоять воздействию внешних факторов, настойчивости, тренированности сердечно-сосудистой и дыхательной систем; повышение уровня работоспособности: ходьба, бег, лыжная подготовка, плавание, велосипедные прогулки, пеший туризм;

- развитие ситуативной реакции выбора и пространственной координации, формирования умений работы в команде - баскетбола, волейбола, ручного мяча, тенниса, футбола;

- развитие вестибулярного аппарата, способностей владеть своим телом и рационально распределять нагрузку – общеразвивающие и специальные гимнастические упражнения, современные системы оздоровительной гимнастики: акробатика, ритмика, йога и др.;

- развитие оперативного мышления, силовой и статической выносливости, наблюдательности и умения концентрироваться используют автомобильный транспорт, обучая студентов вождению транспортных средств;

- формирование устойчивости организма к предельному напряжению нервной системы, выдержки и самообладания, эмоциональной уравновешенности, целенаправленности мотивации - биатлон, шашки, шахматы;

- развитие способностей заниматься разноплановой деятельностью, самодисциплины и выдержки (способствуют занятиям легкоатлетическим многоборьем, триатлоном) [4].

В практике физической подготовки студентов академии нашли системное отражение занятия студентов в группах спортивного совершенствования избранным видом спорта: волейбол, баскетбол, футбол, настольный теннис, гиревой спорт, бокс, карате и другие. Виды спорта оказывают неодинаковое влияние на воспитание тех или иных качеств, например: настольные игры формируют направленность внимания, логику мышления, реакцию выбора; спортивные единоборства воспитывают быстроту реакции, развивают координационные способности, силу воли и специальную выносливость, силу; атлетические виды способствуют формированию общей выносливости, быстроты, силы; гиревой спорт развивает силовые способности и другие. Спортивная деятельность оказывает положительное влияние на формирование жизненно важных личностных качеств, необходимых специалисту любого профиля: целеустремленность, настойчивость, выдержка, дисциплина и др.

При составлении комплексов упражнений целесообразно обеспечивать максимально возможный перенос психофизических и двигательных умений, предъявляемых выбранной профессией, в структуру занятий по физической подготовке будущих специалистов. С методической точки зрения, обязательно, чтобы при организации учебно-тренировочных занятий учитывались закономерности физического развития личности, такие как постепенность физических нагрузок, преемственности и последовательности, системности и академичности обучения, организации и проведения занятий и другие.

В качестве вспомогательных средств ППФП в нашем случае, преподаватели используют открытые спортивные площадки у общежития и на берегу реки Витьба, игровые залы, зал борьбы, тренажерные комплексы и спортивные тренажеры на улице.

В заключение мы пришли к следующим выводам:

1. Эффективность и результаты ППФП зависят от комплекса факторов:

- во-первых, личный пример, профессиональная компетентность и авторитет преподавательского состава кафедры физического воспитания и спорта академии;
- во-вторых, понимание значимости и незаменимости физических упражнений со стороны административно-управленческого персонала образовательного учреждения;
- в-третьих, спортивные традиции и организация спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятий.

2. Комплексный подход к организации процесса ППФП с использованием разнообразных средств физического воспитания, спортивно-массовых и оздоровительных мероприятий обязательно должен сочетаться с общеобразовательным процессом, что создает предпосылки для сокращения сроков адаптации, повышения профессионального мастерства, способствует становлению личности профессионала.

3. Моделировать различные ситуации трудовой деятельности позволяют воспитывать необходимые профессиональные качества, формировать психофизическую готовность молодого специалиста. В данном случае предмет физическая культура в силу своей направленности выступает системным средством ППФП студентов-выпускников как молодых специалистов высшей квалификации. Воспитывать у студентов необходимые волевые, морально-нравственные, интеллектуальные качества, необходимые для личности будущего специалиста, обладающего высокой культурой, не менее значимо, чем приобретение специальных знаний по профессии.

Таким образом, физическая подготовка оказывает положительное влияние на формирование не только физических, но и других жизненно важных личностных качеств, необходимых специалисту любого профиля: целеустремленности, настойчивости, выдержки, дисциплины и др.

**Литература.** 1. Валиуллина, О. В. *Психофизическая готовность студентов к профессиональной деятельности* / О. В. Валиуллина, А. Д. Мишунина // *Актуальные проблемы и перспективы развития физической культуры и спорта в высших учебных заведениях Минсельхоза России : материалы Всероссийской научно-практической конференции* / ФГБОУ ВО Башкирский государственный аграрный университет. – Уфа, 2015. – С. 250–254. 2. *Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов (ППФП)* / А. Е. Гульянц [и др.] // *Вестник учебно-методического объединения по образованию в области природообустройства и водопользования*. – 2010. – № 2 (2). – С. 108–115. 3. Прохоров, Ю. М. *Педагогические основания укрепления здоровья студенческой молодежи средствами физической культуры* / Ю. М. Прохоров // *Вестник Віцебскага дзяржаўнага ўніверсітэта*. – 2017. – № 4. – С. 132–135. 4. Миронова, Г. Л. *Формирование культуры личности выпускника аграрного университета с использованием средств физической культуры и спорта* / Г. Л. Миронова, И. М. Джолиев, Н. М. Каримов // *Аграрный вестник Урала*. – 2013. – № 9. – С. 71–73.