

Управління високошвидкісними рухомими об'єктами та професійна підготовка операторів складних систем: IV міжнар. наук.-практ. конф. 26-27 листопада 2015 р. : тези доп. – Кіровоград. – 2015. – С. 200 – 202.

АНАЛІЗ ЕФЕКТИВНОСТІ ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИХ ФОРМ СИСТЕМИ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ СТУДЕНТІВ ВУЗІВ ТЕХНІЧНОГО ПРОФІЛЮ

*Турчина Н.І., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент
Порадник С.Г. викладач
Національний авіаційний університет*

На думку ряду вчених, змінити існуючий стан і оцінку фізичного виховання і спорту у вищих навчальних закладах (ВНЗ) України можна лише привласнивши закордонний досвід і змінивши радикальним образом відношення адміністрації непрофільних ВНЗ до дисципліни «Фізичне виховання».

Враховуючи недосконалість комплексної програми з фізичного виховання студентів, яка має недоліки організаційного й метричного характеру, можливо перетворити кафедри фізичного виховання і спорту в кафедри фізкультурної освіти (і здоров'я).

Сучасні концепції навчально-виховного процесу у ВНЗ можуть передбачати широку просвітню роботу серед студентів як передумова для самовиховання й повернення студентів до щоденної норми здорового способу життя, що реально тільки в умовах до корінної зміни програмно-нормативного забезпечення фізичного виховання. На сучасному етапі соціального розвитку важливо не тільки посилення професійної підготовки фахівців різного профілю, але й підвищення рівня їх фізичної культури.

Підвищення ефективності організаційно-методичних форм системи фізичного виховання тільки в рамках обов'язкових занять не принесе бажаних результатів у вирішенні проблем гіподинамії і її наслідків вважають ряд вчених, перш за все тому, що недостатній обсяг годин, які виділяються в програмі навчання студентів на фізичне виховання. Факультативні й самостійні заняття повинні в нинішніх умовах компенсувати проблему урочних форм фізичного виховання.

Для підвищення ефективності позаурочних форм фізичного виховання студентів бажано проведення всіх (або більшості) практичних занять у вигляді практикумів-консультацій.

Студенти не завжди повністю використовують організаційні форми занять фізичними вправами і спортом з ряду причин: зайнятість, незручний графік учбового процесу, відсутність інтересу до видів спорту, які культивуються в даному вузі, погана навчально-спортивна база Вузу тощо.

В існуючих соціальних умовах, таких, як низька платоспроможність і висока плата за відвідування різних спортивних клубів, вищеперерахованих проблем організованих форм фізичного виховання студентів пріоритетних у діяльності кафедр повинно бути створення умов і формування у студентів навиків самовдосконалення на фоні виховання мотивації, інтересу до фізичної культури, стану особистого здоров'я.

В цьому зв'язку особливо актуальна проблема валеологічної підготовки студентів технічних вузів, де, на відміну від гуманітарних, вона відсутня в навчальних предметах, крім фізичного виховання.

Вимоги сьогоdnішнього дня – зробити студента співучасником навчально-виховного процесу, підготувати його не стільки до задачі нормативів фізичної підготовки, скільки до подальшого використання фізичної підготовки у своєму повсякчасному житті.

Посилення навчального аспекту дозволяє говорити про фізкультурне навчання як про процес ціле направлено заохочення студентів до всієї сукупності загальнонародної фізичної культури і мирового досвіду.

Проблеми підготовки молодих фахівців у ВНЗ відповідно до вимог навчально-кваліфікаційних характеристик вибраних професій можуть бути вирішені тільки загальними зусиллями кафедр профілюючих дисциплін, фізичного виховання і спорту та інших підрозділів ВНЗ. При такому підході колективів вузів до проблеми можливе позитивне рішення організаційних, матеріально-технічних і методичних питань, кадрового забезпечення кафедр фізичного виховання та спорту.

Для підвищення ефективності учбових занять з фізичного виховання технічних вузів необхідно розподілити студентів по навчальним відділам: основному, спеціальному, спортивному. Розподіл проводиться на початку навчального року після медичного обстеження й тестування з урахуванням стану здоров'я, статі, фізичного розвитку, фізичної і спортивної підготовки студентів, інтересів. В основне відділення зараховуються ті, хто відноситься в основну і підготовчу медичну групи. В спортивне відділення, яке складається з учбових груп з виду спорту, зараховують студентів основної медичної групи, які показали добру загальну спортивну й фізичну підготовку, які виявили бажання поглиблено займатися одним із видів спорту, організованому у вузі. Перевести студента із одного відділення в інше можна за його бажанням тільки після успішного закінчення семестру або навчального року. Перевід студентів в спеціальне навчальне відділення на основі медичного заключенні може проводитися в будь-яку пору року.

Професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП) потребує обґрунтованого відбору комплексів прикладних фізичних вправ. За даними теоретично-порівняльного аналізу, ППФП передбачає раціональне використання засобів, методів і організаційних форм, за допомогою яких можна вирішити як загальні, так і специфічні для певної професії завдання фізичної підготовки студентів.

Засобами ППФП являються фізичні вправи, які відповідають особливостям професійної діяльності, їх можна умовно розділити на декілька груп з вирішення педагогічних завдань:

- для виховання професійно важливих фізичних якостей застосовують вправи на швидкість, силу, витривалість, координацію, гнучкість. Переважно ці вправи із гімнастики, легкої атлетики, спортивних ігор і спеціально утворених. До останнього відносяться прикладні види спорту;

- для формування і вдосконалення прикладно-допоміжних рухових навичок широко використовуються звичайні рухи (стрибки, метання, плавання, гребля), а також інші засоби (їзда на конях, мотоциклі, вправи прикладного туризму). Поглиблене оволодіння цими навичками, – обов'язкова умова ефективної діяльності, яка забезпечує безпеку роботи;

- для удосконалення психічних якостей (вольових, уваги, реакції на сигнал) велике значення має цілеспрямоване використання фізичних вправ і занять окремими видами спорту. Причому їх вплив на розвиток психічних якостей неоднаковий. Удосконалення вольових якостей okazують співдію заняття всіма видами єдиноборств, спортивними іграми, стрибками у воду, гімнастичними вправами, які містять елементи небезпеки;

- підвищення стійкості до несприятливих впливів навколишнього середовища (недостаток кисню, охолодження, перегрів) досягається відповідними вправами, які не тільки вдосконалюють любу якість, але і разом із тим дають неспецифічний тренуючий ефект. В окремих видах ППФП, крім основних засобів – фізичних вправ, для підвищення стійкості організму до охолодження і перегріву використовуються природні фактори (вода, повітря, сонце).

Програми ППФП має включати також теоретичний розділ. Теоретична підготовка, крім загальних відомостей з фізкультури та спорту, повинна давати знання в області виробничої фізичної культури, формуванні навиків організаційно-методичної підготовки. Зміст теоретичного розділу повинен включати матеріал з таких основних питань:

- сутність ППФП і її задачі;
- особливості професії і її вимоги до психічних і фізичних якостей професіонала;
- характеристика прикладних вправ і видів спорту, які використовуються в процесі

даного виду підготовки;

- основи організації і методики ППФП;
- навчальні нормативи.

Удосконалення окремих якостей і навиків, які мають важливе значення для вибраної діяльності, відбувається ефективніше при достатньо високому рівні розвитку всіх фізичних якостей. Крім того, здобуті в процесі загальної фізичної підготовки рухові навички і вміння, є тим фундаментом, на якому легкіше й швидкіше отримати нові форми рухів.

Один із важливих моментів в системі фізичного виховання з професійною спрямованістю є правильний підбір її засобів. Засоби треба підбирати відповідно до вирішуваних завдань з урахуванням закономірностей переносу тренуваності.

При підборі засобів ППФП важливо керуватися такими критеріями:

- критерій цілеспрямованості (вплив на функціональні системи організму спеціальних вправ і конкретних умов роботи);
- критерій безпосередньої прикладності (вивчає форми рухів для даної професійної діяльності).

Підбір спеціальних засобів на основі вказаних критеріїв дає можливість моделювати робочі навантаження, ситуації виконання дій, окремі прикладні форми рухів і умов конкретної професійної діяльності. Але це не означає імітацію трудових рухів, повторення їх структури в цілому або за елементами.

Необхідно підкреслити, що застосування вказаних критеріїв підбору спеціальних засобів потребують точних знань про психологічні особливості конкретної професійної діяльності.

Задачу ППФП неможливо успішно вирішити лише за рахунок планових занять і обов'язкових заходів у режимі учбового дня. Для цього використовують другі форми занять у додатковий час.

З метою ППФП застосовуються такі форми занять:

- комплексне й спеціалізоване заняття (планове);
- ранкові фізичні вправи;
- спортивні заходи (спортивні, спортивно-прикладні і спеціальні змагання);
- одноденні і багатоденні туристичні походи;
- лижні переходи;
- масові запливи.

Крім того, можна організувати «Тиждень здоров'я» за професіями, під час якого проводяться спеціальні змагання по ППФП, зміст складають специфічні для певних спеціальностей прийоми і дії. В сполученні з деякими фізичними вправами вони оказують співдію прищепленню професійно важливих навиків.

В процесі проведення спортивно-масових, фізкультурно-оздоровчих і спортивних змагань необхідно максимально використовувати всі можливі для реалізації прикладної спрямованості фізичного виховання.

Основний зміст змагань прикладного характеру – конкретні рухові дії і прийоми, характерні для певної спеціальності. Тому що змагання – це сильнодіюча форма ППФП. Тут виконуються професійні якості (прагнення до перемоги, ініціативність, рішучість), здатність стійко витримувати великі й граничні навантаження.

Неабиякого значення для професійної підготовки приймає масове цілеспрямоване фізичне вдосконалення засобами спорту. Широка організація занять в спортивних секціях з видів спорту оказує значну співдію підвищенню рівня професійно важливих якостей і навиків.

Сьогодні засоби ППФП більш підбираються і використовуються на основі прогнозованої оцінки їх впливу на вдосконалення професійної придатності. В той же час виконання різних засобів фізичної культури та спорту неможливо без глибокого вивчення

ступеня їх цілеспрямованого впливу.