

Фотынюк В.Г. Физкультурно – оздоровительная направленность Профессионально – прикладной физической подготовки бакалавров направления подготовки «Авиация и космонавтика» / В.Г. Фотынюк / Проблемы развития физической культуры и спорта в новом тысячелетии: Международная научно-практическая конференция, 7 марта 2013 г. – Екатеринбург: ФГАОУ ВПО «Российский Государственный профессионально-педагогический университет», 2013. – С. 182-184.

**ФИЗКУЛЬТУРНО – ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ
ПРОФЕССИОНАЛЬНО – ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ
ПОДГОТОВКИ БАКАЛАВРОВ НАПРАВЛЕНИЯ ПОДГОТОВКИ
«АВИАЦИЯ И КОСМОНАВТИКА»**

*Фотынюк Владимир Григорьевич
Национальный авиационный университет,
г. Киев*

Аннотация. В статье рассмотрены вопросы оздоровительной направленности профессионально-прикладной физической подготовки студентов. Представлены средства для достижения целей прикладной физической подготовки и сохранения здоровья будущих бакалавров направления подготовки «Авиация и космонавтика».

Ключевые слова: профессионально-прикладная физическая подготовка, оздоровительные занятия, специалисты отрасли авиации и космонавтики.

Abstract. The paper deals with improving orientation professionally-applied physical training of students. Provides a means to achieve the aims of applied physical fitness and health of future bachelors direction "Aerospace."

Keywords: professionally applied physical training, fitness classes, industry experts aerospace.

Будущие специалисты должны достичь в процессе обучения, кроме профессиональных знаний и навыков, отличного уровня физической подготовленности как важной составляющей их здоровья. Поэтому в системе организационно-педагогических условий эффективности методики профессионально – прикладной физической подготовки (ППФП) студентов основное внимание должно быть уделено здоровьесберегающей организации образовательного процесса, где ведущим является системное видение процесса здоровьесбережения и его возможных результатов.

При построении системы занятий по профессионально-прикладной физической подготовке студентов направления «Авиация и космонавтика» нами предполагалось как создание оптимального двигательного режима, так и обеспечение коррекционной и оздоровительно-профилактической направленности занятий.

Для формирования ценностных ориентаций будущих специалистов на использование средств физкультурно-оздоровительной направленности мы рассматривали в качестве базисных их личностные потребности и интересы, которые, в свою очередь, оказываются в опосредствованной связи с запросами социума на новую, соответствующую его потребностям личность высококвалифицированного специалиста. Психолого-педагогическими предпосылками формирования ценностных ориентаций студентов на

использование средств профессионально-прикладной физической подготовки в оздоровительных целях является сложившееся к этому времени представление о том, что произвольная мышечная деятельность является биологической предпосылкой развития жизненно важных функций, условием оптимального функционирования психофизиологических систем организма. Средства физкультурно-оздоровительной направленности для будущих специалистов по обслуживанию и ремонту воздушных судов выступают в качестве носителей ценностей для телесного совершенствования (развития профессионально важных качеств), как эмоционально-эстетическая ценность и как средство сохранения здоровья.

Повышение образовательного уровня будущих специалистов в области прикладной подготовки, профилактика негативных факторов трудовой деятельности и сохранение здоровья рассматривались нами как методическое условие для реализации когнитивной функции профессионально-прикладной физической подготовки. Под когнитивным аспектом данной сферы мы понимали формирование знаний и умений в области поддержания и укрепления собственного здоровья и обеспечения профессиональной готовности. Они, в свою очередь, подразделяются на знания и умения, в обеспечении физического здоровья, в области регулирования психического состояния и совершенствование профессионально значимых качеств.

Исследования отечественных авторов (О.В. Гнынюк, 2006; Г.П. Грибан, 2004; А.Д. Дубогай, 2004; Т.Ю. Круцевич, 1999 и др.) показали, что целенаправленный подбор и регулярное выполнение соответствующих физических упражнений предохраняют от профессиональных заболеваний, морфологических и функциональных нарушений в организме под влиянием специфических условий труда. При использовании средств физкультурно-оздоровительной направленности совершенствуются функциональные возможности организма, увеличиваются пластические и энергетические ресурсы организма.

Мы считаем, что в содержании методики профессионально-прикладной физической подготовки важное место должны занимать дополнительные нетрадиционные физкультурно-оздоровительные средства и прикладные виды спорта, способствующие активному формированию ведущих профессионально важных качеств и двигательных навыков. Этим обеспечивается более быстрое и полное восстановление организма, в частности, функциональных систем, после неблагоприятного или локального, узконаправленного воздействия среды, а также совершенствование защитно-иммунологических способностей организма.

Для достижения целей прикладной физической подготовки и сохранения здоровья будущих бакалавров направления подготовки «Авиация и космонавтика» применялись следующие средства: физические упражнения (общеподготовительные, специально-прикладные); гигиенические факторы; факторы среды; методико-теоретическая подготовка; средства физкультурно-оздоровительной направленности.

В нашей работе физические упражнения представлены группой общеподготовительных, общеприкладных и специально-прикладных упражнений.

Общеподготовительные упражнения предусматривают наличие элементов всех видов спорта. Они направлены на всестороннее развитие основных физических качеств, формирование различных двигательных умений и навыков, освоение знаний по их применению.

Общеприкладные упражнения в процессе профессионально – прикладной физической подготовки студентов направления «Авиация и космонавтика» использовались и способствовали формированию широкого спектра прикладных двигательных и личностных качеств, специальных умений.

Специально-прикладные упражнения имеют узкоспециализированный характер. Они способствуют формированию прикладных двигательных физических качеств, двигательных умений и навыков, специальных прикладных и психофизических качеств, функциональных и личностных качеств, обусловленных требованиями профессии.

Гигиенические факторы (режим дня, питание, двигательная активность, отдых, общественная и личная гигиена) профессионально-прикладной физической подготовки способствовали укреплению здоровья и повышали эффект воздействия физических упражнений на организм человека, стимулировали развитие адаптивных свойств организма и применялись с целью создания оптимальных условий для занятий. Несоблюдение гигиенических требований снижает положительный эффект занятий физическими упражнениями.

Факторы среды (воздействие солнечного излучения, температура воздуха и воды, изменения атмосферного давления) оказывали существенное влияние на студентов, занимающихся физическими упражнениями. Следует отметить, что изменение метеорологических условий вызывает определенные биохимические изменения в организме, которые, в свою очередь влияют на изменение состояния здоровья и работоспособности. В процессе физического воспитания оздоровительные силы природы использовались как сопутствующие факторы, которые усиливают тренировочное влияние и как относительно самостоятельные средства оздоровления и закаливания организма (солнечная инсоляция, воздушные ванны, водные процедуры).

Обоснованная методика профессионально-прикладной физической подготовки студентов авиационного профиля была направлена на развитие и дальнейшее совершенствование психологических, физических качеств, двигательных умений и навыков, обеспечивающих овладение профессией, а также приобретение знаний и умений по применению средств физкультурно-оздоровительной направленности для профилактики профессиональных заболеваний и негативных факторов производства.

Таким образом, методика формирования средств профессионально-прикладной физической подготовки будущих бакалавров направления

подготовки «Авиация и космонавтика» предусматривает реализацию как потребностно-мотивационных так и индивидуально-личностных предпочтений с учетом социального запроса на психофизически и функционально подготовленного специалиста авиационной отрасли, ориентированного на аспекты будущей профессиональной деятельности. В процессе реализации данной методики главное внимание было уделено здоровьесберегающей организации образовательного процесса студентов, которая базировалась на устойчивых потребностях в ценностных ориентациях на сохранение здоровья, использование эффективных средств профилактики и оздоровления, рационализации режима труда и отдыха.