

тивной деятельности; потребности являются главной побудительной, направляющей и актуализирующей силой поведения личности в сфере физической культуры; физическое совершенство предполагает такой уровень здоровья, физического развития, психофизических и физических возможностей личности, которые составляют фундамент её активной, преобразующей, социально значимой, физкультурно-спортивной деятельности и жизнедеятельности в целом; социально-духовные ценности определяют общекультурное и специфическое развитие культуры личности; физкультурно-спортивная деятельность отражает ценности ориентации и потребности, характеризует физкультурную активность личности [1].

Студенческий возраст можно охарактеризовать как заключительный этап поступательного возрастного развития психофизиологических и двигательных возможностей организма. Молодым людям в этот период необходимо обладать определенными физическими возможностями для напряжённого учебного труда и активной общественно-политической деятельности. Именно поэтому физическая культура и спорт становятся для них важнейшим средством укрепления здоровья, природной, биологической основой для формирования личности, эффективного учебного труда, овладения наукой и профессией [2].

Сохранение и укрепление здоровья студента – это дело рук самого студента. Образ жизни студента есть не что иное, как определённый способ интеграции его потребностей, соответствующей им деятельности и сопровождающих её переживаний.

Здоровье учащейся молодежи – проблема не только медицинская, а может быть, в большей степени, педагогическая. Здоровый образ жизни нельзя приобрести раз и навсегда на каком-то этапе воспитания и развития личности. Образ жизни может быть здоровым только тогда, когда он развивается, дополняется различными новыми, полезными для здоровья элементами, привычками и тем самым совершенствуется. Поэтому здоровому образу жизни надо следовать постоянно, а не от случая к случаю.

Список литературы

1. Чернышёва, И.В. Формирование физической культуры личности / И.В. Чернышёва, М.В. Шлемова, С.В. Мусина, Е.В. Егорычева // Изв. ВолгГТУ. Серия «Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе». Вып. 4: межвуз. сб. науч. ст. – Волгоград, 2007. – № 7. – С. 144-145.
2. Чернышёва, И.В. Анализ влияния физической культуры на умственную работоспособность студентов / И.В. Чернышёва, М.В. Шлемова, Е.В. Егорычева, С.В. Мусина // Современные исследования социальных проблем. – 2011. – № 1. – С. 74-77.

ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ ЗАНЯТИЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ БУДУЩИХ ИНЖЕНЕРОВ

Орлова Ю.В., Шлемова М.В.,
Чернышева И.В., Липовцев С.П.

*Волжский политехнический институт,
филиал Волгоградского государственного технического
университета, Волжский, www.volpi.ru,
e-mail: Julia_2468@mail.ru*

Известно, что каждая из профессий имеет свою специфику и отличается требованиями, предъявляемыми к психофизиологической подготовке специалистов. Условия труда современных специалистов имеют свои особенности. К их физической подготовленности предъявляются специфические требования, обусловленные характером выполняемых трудовых операций. Причём практически во всех профессиях, особенно в труде специалистов высшего и среднего звена, отмечается снижение компонента физической тяжести труда [1].

На обязательных занятиях реализуются основные учебные, воспитательные и оздоровительные задачи. Их главной целью являются воспитание здоровых, физически подготовленных студентов, получение специальных знаний по физической культуре и спорту, развитие необходимых двигательных умений и навыков. Большое значение эти занятия имеют в формировании у студентов потребности физического совершенствования, которое рассматривается как важная психолого-педагогическая проблема. В процессе обязательных занятий по физическому воспитанию, студентов необходимо подробно ознакомить с требованиями, которые предъявляются к теоретической и физической подготовке будущих инженеров. Знакомство с этими требованиями создаст своего рода фундамент для следующего формирования потребности физического совершенствования, а также самостоятельности, развития активности и инициативы на занятиях физическими упражнениями. Исходя из этого, наибольшее внимание должно отводиться образовательной направленности учебных занятий по физическому воспитанию. В частности студентам необходимо предоставлять знания по основным профилактическим средствам предупреждения отрицательного влияния на организм разнообразных неблагоприятных факторов, которые будут встречаться в процессе будущей профессиональной деятельности. Полученные знания будут также основой для формирования у будущих инженеров интереса к занятиям физическими упражнениями и убеждений в необходимости вести здоровый образ жизни в процессе будущей профессиональной деятельности на производстве.

На теоретических занятиях студентов следует знакомить с историческими, социальными и организационными основами физического воспитания. Они должны также получить знания по методике контроля и самоконтроля, о влиянии занятий физическими упражнениями на физическую и умственную работоспособность, по методике проведения самостоятельных занятий по физической культуре и физкультурно-оздоровительных мероприятий в режиме дня.

Важным компонентом практических занятий студентов высших технических учебных заведений должна быть их профессиональная направленность, которая предусматривает приобретение студентами необходимых умений и навыков для будущей инженерной деятельности с учетом полученной специальности. Таким образом, для успешной ППФП будущих инженеров обязательные занятия по физическому воспитанию рекомендуются осуществлять по таким направлениям:

- совершенствование содержания теоретических и практических знаний по физическому воспитанию, направить его на формирование у студентов потребности физического совершенствования;
- совершенствование учебно-воспитательного процесса по физическому воспитанию с учетом профессиональной подготовки будущих инженеров;
- активизация пропагандистской работы в вузе, направив ее на осознание студентами роли физической культуры и спорта в будущей профессиональной деятельности;
- сближение желания и интересов студентов с задачами физического воспитания в высших технических учебных заведениях;
- осуществление органической связи учебной и внеучебной работы по физическому воспитанию.

Список литературы

1. Егорычева Е.В. Атлетическая гимнастика как избранный вид двигательной активности для формирования профессиональных качеств будущих специалистов / Е.В. Егорычева, С.В. Мусина, М.В. Шлемова, И.В. Чернышёва // Современные исследования социальных проблем. – 2010. – №4. – С. 57-62.