

В пору юности всё определённой и отчётливей складывается индивидуальный облик каждого молодого человека, всё яснее выступают те его индивидуальные особенности, которые в своей совокупности определяют склад его личности. Именно в этом возрасте становится необходимым формирование устойчивого интереса к физической культуре и спорту, поскольку в процессе занятий физическими упражнениями происходит самореализация личности, которая отражается в физическом совершенстве студента [2].

**Список литературы**

1. Баранов А.А. с соавт. Оценка здоровья детей и подростков при профилактических медицинских осмотрах. – М.: Династия, 2004. – С. 24-38.
2. 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.
3. Егорычева, Е.В. Исследование отклонений массы тела у современной студенческой молодежи [Электронный ресурс] / Е.В. Егорычева, С.В. Мусина // Современные исследования социальных проблем. – 2011. – № 4. – С. 1-6. – URL: <http://sisp.nkras.ru/issues/2011/4/egorycheva.pdf>.

**УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ  
СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКИХ ВУЗОВ**

Мазина Д.И., Егорычева Е.В., Чернышёва И.В.

*Волжский политехнический институт, филиал  
Волгоградского государственного технического  
университета, Волжский, e-mail: dasha7770790@mail.ru*

Рост заболеваемости среди населения страны, в том числе среди студентов, требует неуклонного совершенствования и научного обоснования новых технологий в физкультурно-оздоровительной работе. Основная цель при обучении и воспитании студентов – формирование профессиональной культуры здоровья студентов.

Развитие массовой физической культуры и спорта является в настоящее время важной составной частью государственной экономической политики, при этом предоставляемые физической культурой возможности используются не эффективно. Одна из основных первоочередных задач в воспитании у учащейся молодежи устойчивого интереса в регулярных занятиях физической культурой и спортом может быть успешно решена при создании педагогических условий стимулирующих формирование потребности к занятиям физической культурой.

Физическая культура будущих специалистов – один из важных видов культуры личности и культуры общества в целом и без нее достичь всестороннего развития молодежи невозможно. Формирование социально-активной личности в гармонии с физическим развитием – важное условие подготовки выпускника вуза к профессиональной деятельности в обществе [1]. В физкультурно-оздоровительной работе, проводимой в вузе необходимо стремиться к решению задач достижения уровня образованности, когда познавательные интересы в области физической культуры перерастают в потребность движения, увеличение количества самостоятельных занятий.

Самостоятельные занятия способствуют лучшему усвоению учебного материала, позволяют увеличить общее время занятий физическими упражнениями, ускоряют процесс физического совершенствования. В структуре физкультурно-спортивной деятельности ценностные ориентации оказываются тесно связаны с её эмоциональным, познавательным и волевым факторами, обуславливающими содержательную направленность личности [2]. Это означает, что самостоятельные занятия являются одним из путей вне-

дрения физической культуры и спорта в быт и отдых студентов. В совокупности с учебными занятиями правильно организованные самостоятельные занятия обеспечивают оптимальную непрерывность, и эффективность физического воспитания.

Физические упражнения в режиме дня направлены на укрепление здоровья, повышения умственной и физической работоспособности, оздоровление условий учебного труда, быта и отдыха студентов, увеличение бюджета времени на физическое воспитание.

Массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия направлены на широкое привлечение студенческой молодёжи к регулярным занятиям физической культурой и спортом. Они организуются в свободное от учебных занятий время, в выходные и праздничные дни, в оздоровительно-спортивных лагерях, во время учебных практик, лагерных сборов, в студенческих строительных отрядах. Эти мероприятия должны проводиться спортивным клубом вуза на основе широкой инициативы и самостоятельности студентов, при методическом руководстве кафедры физического воспитания и активном участии профсоюзной организации вуза.

Актуальность совершенствования физической подготовки представителей различных профессий обуславливается особенностями и спецификой производства, высокими темпами развития отрасли, в которой работает или предстоит работать специалисту, большой долей личного фактора в обеспечении повышения производительности труда, а так же высокими требованиями к физической и психологической подготовленности работников, надёжности человеческого фактора в системе «человек – машина» и другими факторами.

**Список литературы**

1. Егорычева, Е.В. Направленное использование занятий в тренажёрном зале для формирования профессионально важных качеств специалиста / Е.В. Егорычева, С.В. Мусина, М.К. Татарников // Современные наукоемкие технологии. – 2010. – № 7. – С. 250-251.
2. Егорычева, Е.В. Формирование профессионально значимых качеств личности с помощью избранного вида двигательной активности / Е.В. Егорычева, С.В. Мусина // Известия ВолГТУ. Серия «Новые образовательные системы и технологии обучения в вузе». Вып. 6 : межвуз. сб. науч. ст. / ВолГТУ. – Волгоград, 2009. – № 10. – С. 49-52.
3. Ильинич, В.И. Студенческий спорт и жизнь / В.И. Ильинич. – Москва, 2005.
4. Массовая физическая культура в вузе. Под ред. В.А. Маслякова, В.С. Матяжова. – Москва, 2011.
5. Физическое воспитание студентов и учащихся / Под ред. Н.Я. Петрова, В.Я.Соколова. – Минск, 2008.

**ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ  
ДЛЯ СТУДЕНТОВ НЕФИЗИКУЛЬТУРНЫХ  
СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**

Мальгинова Е.А., Чернышева И.В., Шлемова М.В., Липовцев С.П.

*Волжский политехнический институт, филиал  
Волгоградского государственного технического  
университета, Волжский, e-mail: sicvolo93@mail.ru*

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 [2].

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