

Павлютина Л.Ю. к.п.н., доцент

**ФИЗИЧЕСКОЕ ВОСПИТАНИЕ КАК ОДНО ИЗ СРЕДСТВ  
ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКОГО ВУЗА К  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Омский государственный технический университет, г. Омск, Россия,  
guchina7lina@mail.ru*

***Аннотация.** В статье представлена характеристика современного физического воспитания студентов технического вуза как одно из эффективных средств их подготовки к профессиональной деятельности. Так, рассмотрены профессионально-важные качества студентов технических специальностей, которые определяют специфику их профессионально – прикладной физической подготовки в вузе. В статье даны рекомендации по содержанию профессионально – прикладной физической подготовки студентов данной направленности.*

***Ключевые слова:** физическое воспитание, технический вуз, профессиональная деятельность, студенты.*

**Pavlyutina L., Ph.D**

**PHYSICAL EDUCATION AS ONE OF THE MEANS OF PREPARING  
STUDENTS OF A TECHNICAL UNIVERSITY  
FOR PROFESSIONAL ACTIVITY**

*Omsk State Technical University, Omsk, Russia, guchina7lina@mail.ru*

***Annotation.** The article presents the characteristics of modern physical education of technical university students as one of the effective means of their preparation for professional activity. Thus, the professionally important qualities of students of technical specialties, which determine the specifics of their professionally applied physical training at the university, are considered. The article provides recommendations on the content of professional and applied physical training of students of this orientation.*

***Key words:** physical education, technical university, professional activity, students.*

Физическому воспитанию принадлежит одно из престижных мест среди факторов, определяющих эффективность современного профессионального образования. Современный учебный процесс по физической культуре и спорту в техническом вузе планируется в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом 3+++ с учетом будущей профессиональной деятельности студентов.

Соответственно, задачей физической культуры и спорта в техническом вузе, является формирование ведущих компетенций, направленных на подготовку будущих инженеров, специалистов производства, ориентирующих студентов к их будущей профессиональной деятельности.

В системе современного высшего образования реализация данной задачи наиболее эффективно достигается средствами и методами профессионально – прикладной физической подготовки (ППФП). Что позволяет обеспечивать физическую надежность и готовность будущих специалистов к высокопродуктивной работе по специальности.

По проблемам ППФП технического вуза проведены исследования учеными Н.Н. Венгеровой, С.В. Волховой, А. И. Давиденко [2,3,4] и др.

Однако, несмотря на имеющиеся теоретические обоснования применения средств ППФП, практических рекомендаций по современной прикладной физической подготовке для технических специальностей разработано недостаточно.

Наибольшее значение имеет вопрос развития профессионально - важных качеств у студентов технических специальностей. Э.Ф. Зеер профессионально - важные качества рассматривает как «свойства индивида, обеспечивающие успешность профессионального обучения и профессионального труда, ослабление которых приводит к стойким ошибочным действиям» [5].

Рассмотрим особенности профессионально - важных качеств у студентов на примере специальностей «Технология сварочного производства», «Литейное производство». Анализ научно - педагогической литературы показал, что повышенные требования данных специальностей предъявляют к следующим системам организма студентов, тепловой устойчивости, устойчивости, системе дыхания, к силе, статической выносливости мышц спины и руки, подвижности и гибкости рук, вестибулярному аппарату, координации движений, остроте зрения и сосредоточению внимания [3,6].

Для диагностики профессионально - важных качеств у студентов специальностей «Технология сварочного производства», «Литейное производство» наиболее приемлемыми будут методы исследования психофизиологических функций, оценка функционального состояния, работоспособности и их динамика, оценка самочувствия студентов, методы исследования функционирования анализаторных (вестибулярных) систем, оценка аппарата терморегуляции, оценка специфических координационных способностей (ловкости), оценка глазомера [1] и др.

В качестве рекомендаций ППФП в подготовке будущих специалистов сварочного и литейного производства наиболее значимым будет чередование занятий аэробно-анаэробной направленности с занятиями по развитию статической и динамической силы. Использование на занятиях физической культуры спортивных игр. Так же в содержании занятий физической культуры и спорта данных специальностей необходим комплекс упражнений для ловкости рук, на развитие силы, статической выносливости мышечных групп спины, рук, упражнения на тренировку тепловой устойчивости в условиях среды с повышенной плюсовой температурой, в теплой одежде [3,6].

Оптимизирует современный учебный процесс по физической культуре в техническом вузе системная реализация прикладных видов спорта: для инженеров, управляющих пультами дистанционного управления - баскетбол, борьба, кроссовый бег, лыжный спорт, плавание; инженерам строителям – альпинизм, гимнастика, акробатика и т. д.

Подбор специальных упражнений способствует развитию у студентов определенных физических качеств. Так, для развития статической выносливости у студентов применяют статические упражнения (стойки, равновесие, мосты), используют динамические упражнения (поднимание и

опускание туловища, метание спортивных снарядов различного веса, прыжки, наклоны), выполняют продолжительные динамические упражнения (езда на велосипеде, лыжные гонки, ходьба, бег).

На учебно – методических занятиях по физической культуре студенты приобретают систему прикладных знаний, где предпочтение уделяется самостоятельной работе студентов по изучению вопросов, посвященных ППФП данной специальности.

Таким образом, анализ научно – педагогической литературы позволил раскрыть наиболее важные физические качества студентов технических специальностей. С целью эффективного формирования ППФП студентов предложена диагностика профессионально – важных физических качеств, с помощью специальных методов. На основе этого даны рекомендации по ППФП для студентов технических специальностей, что благоприятно отразится на их будущей профессиональной деятельности.

#### **Литература**

1. Буров, А.Э., Ерохина, О.А. *Диагностика и оценка профессионально важных качеств в практике профессионально – прикладной физической культуры: науч. практ. пособие / А. Э. Буров, О. А. Ерохина. – Чебоксары: ИД «Среда», 2020. – 192 с.*

2. Венгерова, Н.Н., Пискун, О.Е. *Условия реализации профессионально-прикладной физической подготовки студентов технического вуза / Н.Н. Венгерова, О.Е. Пискун // Здоровье – основа человеческого потенциала: проблемы и пути их решения. - 2020. - Т.15. №2. - С. 925 – 930.*

3. Волхова, С.В. *Технология профессионально-прикладной физической подготовки студентов, обучающихся по специальности «Литейное производство черных и цветных металлов»: автореф. дис. ... кан. пед. наук / С.В. Волхлва. - М.: РГАФК, 2009. - 25 с.*

4. Давиденко, А.И. *Организация и содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов технических вузов: автореф. дис. ... кан. пед. наук / А. И. Давиденко. - Краснодар, 2005. 28 с.*

5. Зеер, Э.Ф. *Психология профессий: учеб. пособие для студентов вузов / Э. Ф. Зеер. – М.: Академический проект; Фонд «Мир». 2005. – С. 61 - 66.*

6. Осадченко, И.В., Полиевский, С.А., Волхова, С.В. *Термический фактор в спорте и профессионально-прикладной физической подготовке: учеб.- метод. пособие / И.В. Осадченко, С.А. Полиевский, С.В. Волхова. - М., 2017. - 152 с.*

**УДК 796.03**

**Питулин А.В.**

### **ИЗУЧЕНИЕ ФИЗКУЛЬТУРНЫХ КОМПЕТЕНЦИЙ СТУДЕНТОВ**

*Тюменский государственный университет, г. Тюмень, Россия, [a.v.pitulin@utmn.ru](mailto:a.v.pitulin@utmn.ru)*

**Аннотация:** автором проведен анализ трудностей, с которыми столкнулись студенты на период самоизоляции. Представлены результаты исследования самооценки физкультурных умений студентов. Проведено сравнение физкультурных умений студентов 1-го и 3-го курса ТюмГУ с другими вузами страны.

**Ключевые слова:** физическое воспитание, физкультурно-спортивная среда, физкультурные компетенции, самоизоляция.