

## АСПЕКТЫ ДИФФЕРЕНЦИРОВАНИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО - ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СТУДЕНТОВ

*Ушаков А.В., Фалькова Н.И.*  
Донбасская юридическая академия,  
Донецк, ДНР

*Аннотация.* В статье рассматривается специфика требований к дифференциации профессионально-прикладной физической подготовке студентов, с учётом их будущей профессиональной деятельности.

*Ключевые слова:* прикладная физическая подготовка, дифференциация, профессиограмма, специфика.

В настоящее время насчитывается несколько тысяч профессий, а специальностей – десятки тысяч. Основные их отличия определяются особенностями предмета, технологии и внешних условий конкретного труда и выражаются в специфике трудовой деятельности, входящих в нее операций, действий (в том числе сенсорных и интеллектуальных по восприятию, переработке информации, принятию решений и двигательных по практическому воздействию на предмет труда). Всем этим обусловлены объективно неодинаковые требования к функциональным возможностям, физическим и другим качествам людей, профессионально занимающихся тем или иным видом труда. Немногие профессии требуют предельной или близкой к ней мобилизации физических способностей в процессе трудовой деятельности (это главным образом профессии, осложненные экстремальными условиями деятельности – испытатели летной и иной транспортно-скоростной техники, профессиональные военнослужащие, оперативные работники следственных органов, водолазы и т.д.) [1].

Поэтому в современных условиях жизнедеятельности непрерывно повышается социальная значимость физической культуры и спорта как ведущих средств подготовки подрастающего поколения к труду. Общеизвестно, что эффективность многих видов профессионального труда во многом зависит от уровня специальной физической подготовленности, формируемой путем систематических занятий физическими упражнениями, соответствующим в определенной степени требованиям, предъявляемым профессиональной деятельностью и условиями ее реализации к физическому состоянию организма. В качестве особой разновидности физического воспитания прикладная физическая подготовка представляет собой педагогический процесс, направленный на формирование физической подготовленности к профессиональной избранной деятельности, т.е. это процесс обучения, обогащающий индивидуальный двигательный фонд профессионально полезными умениями и навыками, развитии физических и

иных, непосредственно связанных с ними способностей, от которых в определенной степени зависит профессиональная работоспособность.

Очень часто «прикладность» физической культуры подразумевает факт ее пригодности и полезности при подготовке индивида к жизненной практике и возможность оптимизации его дееспособности согласно требований избранной профессиональной деятельности. В то же время отмечается, что само понятие «прикладность» имеет в сфере физической культуры неоднозначный смысл – как широкий, так и узкий. В широком смысле под «прикладностью» физической культуры предполагается давно известный факт ее пригодности и полезности при подготовке индивида к жизненной практике и улучшения его работоспособности применительно к требованиям избранной профессиональной деятельности. Основу такой прикладности составляет эффективность использования средств физической культуры (физических упражнений и т.п.) в целях повышения функциональных возможностей организма и создания обширного индивидуального фонда жизненно необходимых двигательных умений и навыков. Именно благодаря выявленному положительному переносу эффекта систематических занятий физическими упражнениями физическая культура оказывается полезной для освоения и повышения результативности ряда иных видов деятельности, в том числе трудовой.

При этом необходимо учитывать, что задачи прикладной подготовки необходимо в каждом отдельном случае конкретизировать с учетом специфики профессии и особенностей контингента занимающихся. В теории физического воспитания отмечается, что для развития профессионально значимых качеств необходимы воздействия, превышающие в физиологическом плане характеристики трудовой деятельности. Поэтому виды спорта, являются наиболее существенным средством развития и воспитания этих качеств. Разнообразная прикладная направленность видов спорта актуализирует необходимость их систематизации для использования в практических целях. Несомненно, что в любом виде спорта особенности двигательной деятельности зависят от специфических требований к ее выполнению: если в одних видах спорта ведущими являются развитие точности и техники выполнения движения; то в других – способность регулирования пространственных, временных или силовых параметров реализации; в третьих – степень согласованности действий; четвертые определяют смешанные требования к необходимому комплексу качеств, при этом различные требования вызывают активацию психической деятельности в различных направлениях

Для дифференциации прикладной физической подготовки весьма важным в оценке профессиональной деятельности является определение степени напряжения организма и отдельных его функций и систем. Более детально оценить характер и уровень требований конкретного вида труда к профессиональной (а также и физической) подготовленности позволяет

профессиограмма, составляющаяся на основе изучения ведущего содержания и форм реализации избранной трудовой деятельности в физиологическом, психологическом, биомеханическом и иных аспектах (с учетом предмета, технологий и условий труда). На основании полученных характеристик условий и характера труда в профессиограмме определяется набор требований к организму человека, в том числе требования к физическим качествам, двигательным умениям и навыкам, а также психофизиологическим функциям [2].

Выявляя специфику требований, которым должна отвечать физическая подготовленность представителей тех или иных профессий, надо исходить из того, что она объективно обусловлена совокупностью особенностей конкретной трудовой деятельности и условий ее выполнения, в том числе: особенностями преобладающих рабочих операций; особенностями режима; особенностями средовых условий, оказывающих влияние на состояние физической и общей работоспособности, особенно когда они резко отличаются от комфортных

При дифференцированной разработке программ прикладной физической подготовки вся совокупность особенностей трудовой деятельности и ее условий подлежит тщательному анализу в аспекте обусловленных ими требований к физической подготовленности специалиста. В то же время проблема нормативных критериев степени профессиональной подготовленности в настоящее время решена лишь частично, что объясняется как множественностью существующих профессий и их постоянным обновлением, так и недостатком соответствующих исследований.

#### Литература

1. Матухно, Е. В. Профессионально-прикладная физическая подготовка: учеб. пособие / Е. В. Матухно. – Комсомольск-на-Амуре: ФГБОУ ВПО «КНАГТУ», 2013. – 97 с.

2. Особенности психофизической подготовки студентов юридических специальностей в процессе физического воспитания / Н. И. Фалькова [и др.] // Актуальные проблемы физической культуры, спорта и здоровья в системе образования. Развитие и перспективы: матер. I Междунар. науч.-практ. конф., 24 марта 2016 г, г. Донецк. – Донецк: ГОУ ВПО ДонГУУ, 2016. – С.- 247- 255.