

УДК 796.011

Кубатко А.І.

канд. пед. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ЯК ВАЖЛИВИЙ АСПЕКТ ПІДВИЩЕННЯ ПРАЦЕЗДАТНОСТІ ДЛЯ МАЙБУТНІХ ФАХІВЦІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Повномасштабне вторгнення Російської федерації на територію нашої країни призвело не лише до спроби знищення національної ідентичності українців, руйнування критичної та громадської інфраструктури, а й погіршення функціонування всіх галузей України. Перед нашою нацією стоїть багато завдань, головними з яких є відновлення державності та зміцнення економічного сектору.

Значна та відповідальна роль в цьому процесі відведена майбутнім фахівцям економічних спеціальностей. Молодь та студентство є «фундаментом» для стабільності та майбутнього процвітання України. Від майбутніх фахівців економічних спеціальностей залежить розвиток економіки нашої країни, саме тому вирішення завдань збереження здоров'я є важливим для цієї групи населення. У системі охорони здоров'я майбутніх фахівців на рівні із заходами медичного і соціально-культурного характеру важливу роль має просвітницька, навчальна і виховна робота, що проводиться відповідно до нормативних документів у всіх закладах вищої освіти.

У роботах багатьох науковців наголошується на важливості здоров'язбереження (Л. Сущенко), удосконаленні навчальних планів професійної підготовки фахівців з метою їх орієнтації на формування знань про здоров'я та умінь його зберігати й відновлювати (Ю. Бойчук, Б. Долинський, Ю. Лянной, та ін.), висвітлюються питання удосконалення системи економічної освіти (Г. Дутка, А. Колот, Л. Нічуговська, О. Набока та ін.). Науковці зазначають, що сучасний фахівець економічної галузі повинен бути не лише

висококваліфікованим спеціалістом, але й мати високий рівень здоров'я. Враховуючи це зазначимо що, фізична культура і спорт стають важливими чинниками для забезпечення нормального функціонального стану організму, оптимальної інтелектуальної працездатності та формування важливих особистісних якостей необхідних для майбутньої професійної діяльності.

Отже, виникає необхідність модернізації процесу фізичного виховання при підготовці студентів економічних спеціальностей, поєднання загальної фізичної підготовки зі спеціалізованою - професійно-прикладною фізичною підготовкою. Основне призначення цієї підготовки є спрямований розвиток і підтримка на оптимальному рівні конкретних фізичних і психічних якостей особистості, до яких висуває підвищені вимоги конкретна професія. Для майбутніх фахівців економічних спеціальностей можна виокремити такі важливі якості:

Спеціальні фізичні - високий рівень витривалості м'язів зорового аналізатора, статична витривалість тулуба, спритність рук, точність маніпуляцій, сила плечового поясу.

Психічні - концентрація і стійкість уваги, розвинена пам'ять, емоційна стійкість і витримка.

Провівши аналіз наукових джерел з персоніфікації прикладної фізичної підготовки, можна виокремити такі конкретні завдання професійної фізичної підготовки майбутніх фахівців економічних спеціальностей:

- забезпечення надійності функціонування центральної нервової, серцево-судинної, м'язової, дихальної систем, зорового аналізатору майбутніх економістів;

- розвиток професійно-важливих фізичних якостей (загальної силової витривалості, статичної витривалості, сили м'язів плечового поясу, координаційних здібностей);

- розвиток спеціальних фізичних якостей (проста реакція розрізнення, реакція вибору, реакція спостереження, сенсомоторна координація, здатність швидко оволодівати навичками, здатність швидко і точно діяти руками, ручна моторика, відчуття рівноваги).

Вирішення всіх цих завдань можливо лише за умов перегляду навчальних планів економічних спеціальностей, збільшення обсягу годин для дисципліни «Фізичне виховання» та доповнення змісту розділами для формування здоров'язберігаючих знань та навичок канд. Введення в курс фізичного виховання занять з різних видів рухової активності з урахуванням особливостей професійно-прикладної фізичної підготовки - для майбутніх фахівців економічних спеціальностей це заняття з легкої атлетики, гімнастики, спортивних ігор, особливо настільного тенісу, плавання, бадмінтону, сквошу, тенісу, хокею.

Ці зміни дадуть позитивний результат для зміцнення, збереження здоров'я та профілактики професійних захворювань, адже здоров'я - це найвигідніша інвестиція в успішне майбутнє нашої нації і держави.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Бойчук Ю. Д. Сучасні підходи до розуміння сутності здоров'я людини та суміжних з ним понять. Загальна теорія здоров'я та здоров'язбереження : колективна монографія / за заг. ред. проф. Ю. Д. Бойчука. Харків: Вид. Рожко С. Г., 2017. 488 с.

2. Гвоздецька С.В. Професійно-прикладна фізична підготовка: навчально-методичний посібник для спеціальності 014 Середня освіта (Фізична культура). / С.В. Гвоздецька, П.Ф. Рибалко, С.В. Чередніченко – Суми: ФОП Цьома С.П., 2017. – 110 с.

3. Лянной Ю.О. Професійна підготовка майбутніх магістрів з фізичної реабілітації у вищих навчальних закладах: теоретико-методичний аспект. Суми : СумДПУ імені А.С. Макаренка, 2016. 566 с.

4. Сущенко А. В. Перспективи спортивно-фізкультурної підготовки як інструмента самоосвіти фахівців гіподинамічних професій. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2016. Вип. 51. С. 281-286.