

УДК 796.01**ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНА ФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА ДЛЯ
СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ**

*Алієв Р. А. ст. викладач
Харківський національний автомобільно-дорожній
університет*

В умовах ринкових стосунків сучасні економічне, політичне і соціальне середовища пред'являють підвищені вимоги до студентів вузів. В період швидкого розвитку суспільства, професійні знання та уміння стають на другий план. Дуже цінується вміння знаходити нестандартні рішення, проявляти творчі здібності, цінується креативність та інноваційні ідеї. Це накладає вимоги до випускника ВНЗ, який повинен демонструвати з високих рівень професіоналізму та володіти розвиненими психофізичними якостями, що дозволяють адаптуватися до професійного навантаження і сприяючими творчому довголіттю [1].

Заняття з фізичного виховання повинні проводитися двічі на тиждень, таким чином студенти отримують мінімальний руховий режим. У літературі дуже багато згадується, о самостійних заняттях та о гігієнічній гімнастиці кожного ранку, тоді фізичне навантаження переходить на середній рівень. Але в сучасному світі з великою швидкістю і багатою кількістю зацікавлених соцмережами, студенти не отримують і мінімального навантаження. Керівництво шкіл, ВНЗ не вважає доцільним навіть уроки два рази на тиждень. Як показують дослідження, рухова активність позитивно впливає на розумову працездатність студентів. Для накопичення резервів, удосконалення фізичних і функціональних можливостей рекомендовано займатися фізичними вправами не менше трьох разів на тиждень [2].

На необхідність прикладної фізичної підготовки при навчанні виробничих робітників вказувалося в роботах вчених уже на початку минулого століття.

Дещо інший підхід пропонує інший вчений, на думку якого студентам, які навчаються за юридичними, технічними спеціальностями, необхідний високий рівень прикладної психофізичної підготовки, а представникам гуманітарних професій досить мати хороший рівень загальної фізичної підготовленості.

Представникам гуманітарних професій для розвитку загальної витривалості рекомендується займатися легкою атлетикою, плаванням, лижним спортом, веслуванням, усіма видами туризму.

Елективний компонент навчальної програми фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів містить загальні рекомендації щодо змісту професійно-прикладної фізичної підготовки студентів різних спеціальностей і не враховує особливостей їхньої майбутньої професійної діяльності [3].

Аналіз науково-методичної літератури свідчить, що питання змісту, організації фізичного виховання, спортивно-оздоровчої діяльності та їх професійної спрямованості у вузах вивчені недостатньо. І багато вз нехтують питанням ППФП та розвитком в цьому напрямку. Необхідно зазначити, що у більшості студентів немає інтересу до занять фізичним вихованням. Основна причина цього – відсутність диференційованого підходу до характерних вправ і навантажень, які пропонуються студенту, а також дуже низький рівень фізичної підготовки сучасної молоді. Відсутнє також необхідне стимулювання до занять фізичною культурою і ППФП.

Для вирішення педагогічних завдань фізичного виховання студентів економічних спеціальностей доцільно комплексно застосовувати засоби фітнес-тренувань та загальнорозвивальні вправи. Враховуючи режим роботи і її специфіку деякі компанії пропонують своїм співробітникам абонементи до спортзалу, басейну, тренажерного залу, влаштовують ігри у футбол, баскетбол, волейбол, запрошують тренера для занять з фітнесу та інше. Такий підхід дуже стимулює та наглядно демонструє робітникам ставлення керівництва до них, з позитивної точки зору.

Література:

1. Завидівська Н. Н. Професійно-прикладні основи формування здорового способу життя студентів вищих навчальних закладів економічного профілю: дис. канд. пед. наук: 24.00.02 . Львів. 2002. 230 с.
2. Олексієнко Я. І., Дудник І. О., Субота В. В. Формування фізичного стану студентів закладів вищої освіти засобами фітнес-технологій. Педагогіка формування творчої особистості у вищій і загальноосвітній школах. 2021. № 74. Т. 3. С. 49–54.
3. Іванова Л. А. Аналіз інформаційних технологій в галузі фізичної культури і спорту : вид. «Концепт». № 8. 2015. С. 90.