

ПСИХО-ФІЗІОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ АГРАРНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

УДК: 796.011.3

Рубаненко А. В.

Анотація. У даній науковій статті представлений аналіз науково-методичної літератури із задекларованої теми. У результаті наукового пошуку було окреслено аспекти оптимізації фізичного виховання аграрних вищих навчальних закладів у сучасних умовах інтеграції вітчизняної освіти до Європейського наукового простору, проконстатовано аспекти професійно-прикладної фізичної підготовки природничо-аграрних спеціальностей визначено професійні навички та вміння, якими необхідно володіти майбутнім фахівцям агропромислового комплексу.

Ключові слова: фізична культура, фізичне виховання, професійно-прикладна фізична підготовка, психофізіологія, вищий навчальний заклад, студенти.

Rubanenko A. V.

The psychophysiological aspects of professional-applied physical preparation of the students of agrarian specialties

Human adaptation to the conditions of production without special psychophysical training can take quite a long time. Therefore, to improve the quality of professionals that are prepared the system of physical education at higher education institutions should ensure the development of specific physical characteristics, physiological functions, mental qualities and transfer appropriate knowledge, skills that are necessary for effective mastering specific professions. The purposeful use of specialized physical exercises helps to solve a number of tasks directly applied to preparation for labor and defense activities, promotes professional and important physical and mental qualities assimilation of applied skills, can increase the body's resistance to adverse effects and environmental factors.

Every profession has its own motor specifics, different conditions,

physiological characteristics and has different requirements for the level of physical qualities, physiological functions and mental properties and qualities of the individual.

Spectrum of directions of training specialists of various branches in recent years has expanded the emergence of new professions. The requirements have changed for specialists of different professions. These factors require a careful study of the character of typical of work in various spheres. The thorough analysis of the motor and psychomotor components of work in a particular profession has shown that it's possible to study the methods of physical preparation taking into account the specific of the profession.

This scientific article analyzes the scientific and methodological literature of the declared theme. As a result of scientific research the aspects of optimization of physical education of agrarian higher educational establishments in modern conditions of integration of national education in the European research space have been outlined, the aspects of professional-applied physical preparation of natural and agricultural specialties have been determined, the professional skills that are necessary for future specialists of agrarian sphere have been defined.

Keywords: physical culture, physical education, professional-applied physical training, psychophysiology, a higher educational institution, the students.

Постановка проблеми. В умовах реформування системи освіти вищих навчальних закладів все частіше постає питання відповідності системи фізичного виховання інтересам студентства і потребам підготовки кваліфікованих спеціалістів, здатних до постійного пошуку нестандартних способів вирішення будь-якого виробничого завдання, використання досягнень науково-технічного прогресу, реалізації та самореалізації своїх сутнісних сил у різних видах діяльності [3, 13, 14].

У листі Міністерства освіти і науки України «Щодо організації фізичного виховання у вищих навчальних закладах» (лист від 25.09.2015 №1/9-454) керівництву вищих навчальних закладів рекомендовано переглянути існуючу застарілу систему фізичного виховання як таку, що не

задовольняє сучасні вимоги підготовки кваліфікованих фахівців різних спеціальностей і не відповідає інтересам і потребам студентства. Одним із шляхів удосконалення організації фізичного виховання, запропонованих для розгляду, є професійно-орієнтована модель організації фізичного виховання.

Сучасна наука, у сфері фізичної культури, дає інтегровану оцінку здоров'я людини, пов'язану з багатофакторністю та синкретичністю її складових: рівня рухової активності, генетики, статі, енергетичного потенціалу, умов навчання та способу життя. І в цьому контексті, основними елементами зміцнення здоров'я майбутньої генерації фахівців різних галузей виробництва та невиробничих сфер виступають фізична культура, спорт та соціальна орієнтація студентства на здоровий спосіб життя. Основи процесу формування гармонійно розвиненої особистості майбутнього фахівця закладаються у вищій школі. Насамперед, це зміцнення здоров'я, досягнення високої та стійкої працездатності за допомогою занять фізичною культурою, активним відпочинком і спортом.

Починаючи з нинішнього навчального року кількість академічних годин на практичні заняття фізичного виховання у всіх вищих навчальних закладах нашої країни суттєво зменшилась. Така тенденція буде відслідковуватися і у наступні роки в умовах процесу децентралізації влади. Саме це проголошує другий абзац дев'ятого пункту Постанови Верховної Ради України «Про забезпечення сталого розвитку сфери фізичної культури і спорту в Україні в умовах децентралізації влади» від 19 жовтня 2016 року за номером 1695-19: «рекомендувати ректорам вищих навчальних закладів з метою формування зазначеної компетентності та досягнення відповідних результатів навчання передбачити для студентів заняття з фізичного виховання не менш як протягом двох років навчання в обсязі 4 години на тиждень, враховуючи, що заняття з фізичного виховання мають відновлювальне та рекреаційне значення». Зазначені рекомендації, автоматично наполягають на оптимізації викладання фізичного виховання у вищих навчальних закладах та збільшенні часу на самостійні заняття

фізичною культурою і спортивною практикою, що ускладнюється у сучасних умовах навчання, так як велике інформаційне навантаження студентства унеможлиблює повноцінні заняття фізичною культурою.

Модернізація системи фізичного виховання вимагає пошуку нових форм і методів організації занять, які б відповідали інтересам студентів, підвищували рівень здоров'я та виховували вміння і навички, необхідні для успішної подальшої професійної діяльності майбутніх фахівців [1, 6, 7, 13].

Загальним положенням професійно-прикладної фізичної підготовки студентів та її особливостям для педагогічних, технічних, транспортних та інших спеціальностей присвячені дослідження вітчизняних і зарубіжних науковців (Ільїніч В.І., 1990; Зарічанський О.А., 2002; Раєвський Р.Т., 2006; Канішевський С.М., 1999; Драчук А.І., 2001; Фалькова Н.І., 2002; Шалепа О.Г., 2002; Подлесний О.І., 2008; Маляр Е.І., 2008; Бондарев Д.В., 2009; Пилипей Л.П., 2009 та ін.). Але незважаючи на чисельні дослідження та публікації щодо вдосконалення системи професійно-прикладної фізичної підготовки студентів, які навчаються за різними спеціальностями, вирішення проблеми фізичної підготовки майбутніх аграріїв недостатньо висвітлено. Це і зумовило вибір теми нашого майбутнього дослідження. Тому, через зазначені вище причини у нашій науковій статті ми спробуємо визначити психофізіологічні чинники професійно-прикладної фізичної підготовки студентів аграрних спеціальностей.

Роботу виконано відповідно до зведеного плану науково-дослідної роботи кафедри теорії і методики фізичної культури Сумського державного педагогічного університету імені А. С. Макаренка на 2016-2020 рр. за темою «Теоретичні і методичні основи фізкультурної освіти різних груп населення» (номер державної реєстрації 0116U000900).

Мета дослідження: на основі аналізу науково-методичної літератури визначити психофізіологічні чинники професійно-прикладної фізичної підготовки студентів аграрних спеціальностей.

Завдання дослідження:

- розглянути значення професійно-прикладної фізичної підготовки для подальшої успішної професійної діяльності студентів аграрних вищих навчальних закладів;
- виявити особливості умов праці фахівців аграрних спеціальностей;
- визначити професійно-важливі фізичні якості аграріїв.

Виклад основного матеріалу дослідження. Праці вітчизняних вчених (Т.Ю. Круцевич, С.М. Канішевський, М.Д. Зубалій) засвідчують, що сучасна система фізичного виховання у вищих навчальних закладах недостатньо ефективна для покращення фізичної підготовленості студентів.

Проблемам модернізації системи фізичного виховання у навчальних закладах вищої ланки освіти згідно з вимогами стандартів підготовки фахівців різноманітних галузей, стану здоров'я, мотивації студентства присвячені роботи багатьох науковців (Т. Круцевич, С. Войтенко, та ін.).

Не викликає сумніву той факт, що основною метою системи фізичного виховання, окрім вирішення оздоровчих та виховних завдань з залученням професійно-прикладної фізичної підготовки, є адаптація студентів до майбутньої успішної професійної діяльності [11].

На даному етапі розвитку нашої держави важливого значення набуває підготовка висококваліфікованих спеціалістів, здатних задовольнити вимоги сучасного ринку праці. В цьому контексті професійно-прикладна фізична підготовка, як одна з основних складових системи фізичного виховання студентів вищих навчальних закладів, відіграє важливу роль у створенні передумов для успішного оволодіння професійними навичками та розвитку професійно-важливих фізичних якостей майбутніх фахівців [3, 8, 9].

Формування професійних якостей майбутніх аграріїв у процесі навчання є одним із найважливіших завдань вищої системи освіти. Процес підготовки фахівців у вищому навчальному закладі включає цілий ряд педагогічних аспектів. Один із основних – це професійно-прикладна фізична

підготовка, яка входить до складу дисципліни «Фізичне виховання», але не містить чіткого науково обґрунтування та організаційно-методичного забезпечення [1, 3].

Вибір спеціального прикладного напрямку використання засобів фізичної культури та спорту для підготовки до сучасної висококваліфікованої праці в агропромисловому виробництві вимагає певного профілювання фізичного виховання, що буде враховувати особливості обраної професії. Професійна спрямованість аграрної вищої освіти обумовлює необхідність у процесі формування особистості майбутнього фахівця особливу увагу звертати на розвиток його професійних якостей. При цьому повинна бути сформована система навчальної діяльності студента з урахуванням професійної специфіки, що значною мірою визначає ефективність його майбутньої трудової діяльності [2].

Саме тому важливе значення для конкретного змісту професійно-прикладної фізичної підготовки мають такі типові показники роботи, як вид праці і сфера діяльності; важливі виробничі операції, переважаючі типи діяльності, знаряддя праці; форми організації праці та ін. Кожний з цих показників вимагає певних фізичних і психічних якостей, навичок [4, 10, 12].

Об'єктивні чинники праці, серед яких характер рухових дій і особливі зовнішні умови діяльності, зумовлюють специфічність їх впливу на організм людини. Зазначені фактори зазвичай і визначають зміст професійно-прикладної фізичної підготовки студентів природничо-аграрних спеціальностей [11, 12].

Розглядаючи особливості умов роботи спеціалістів агропромислового комплексу необхідно відмітити, що їхня праця характеризується розумовим навантаженням та відбувається як у приміщенні, так і просто неба, часто в дискомфортних умовах, ритм і режим праці переважно відсутні [5, 9]. Протягом робочого дня значне навантаження припадає на центральну нервову, серцево-судинну, м'язову, дихальну системи, систему

терморегуляції, опорно-руховий апарат, а також зоровий, вестибулярний, слуховий аналізатори [5, 9].

Для аграріїв характерні як прості, так і складні локомоції. У яких домінує руховий автоматизм, що включається в інші дії як допоміжний компонент (ходьба, біг, переміщення на обмеженій опорі, на плавзасобах, на каланчах, лазіння тощо) [9, 11].

Основними професійними недоліками є: вплив на організм працівника високої і низької температури, високого і низького атмосферного тиску, підвищена вологість; забрудненість повітря і навколишнього середовища хімічними сполуками та іншими продуктами органічного і неорганічного походження. Також до недоліків слід віднести розумову, нервову, фізичну втому. Важкість роботи в агропромисловому комплексі характеризується в основному неадекватністю фізіологічних та психологічних можливостей на даному напрямку, що призводить в окремих випадках до захворювань. Присутній травматизм і захворюваність, яка перевищує звичайний середній показник [9].

З фізіологічної точки зору, праця фахівців природничо-аграрної групи характеризується:

- довгостроковою і короткочасною, поєднаною зі статичною, роботою м'язів всього тіла, складною координацією рухів;
- різноманітними змінними робочими положеннями – сидячи, стоячи, лежачи, присівши, зігнувшись;
- дією впливу інсоляції, професійних інфекцій, вестибулярних, нервових, м'язових перенапружень.

Під час роботи в агропромисловому комплексі емоційний стан працівника характеризується напруженням.

Прояву вольових зусиль вимагають екстремальні і стресові ситуації, які потребують витримки, володіння собою при спілкуванні з природними ресурсами, тваринами, рибними і водними біоресурсами, керуванні колегами у процесі виробничої діяльності [9, 11].

Суттєве значення для успіху в роботі мають риси і якості особи, які реалізуються в процесі фізичного виховання. Необхідно мати фізичний розвиток, високий рівень функціонування і надійності організму в цілому та його окремих систем [5, 12].

Особлива роль в забезпеченні високого рівня праці належить центральній нервовій, серцево-судинній, м'язовій, дихальній системам, зоровому аналізатору та системі терморегуляції [5, 11].

Для успішної трудової діяльності аграрія необхідно мати високий рівень розвитку фізичних якостей: загальної силової, статичної витривалості, швидкісної витривалості, вибухової сили. Не менш важливими є і спеціальні фізичні якості: проста реакція розрізнення, реакція вибору, реакція на рухомий об'єкт, реакція спостереження, сенсомоторна координація, здатність швидко оволодівати навичками, швидко і точно діяти руками, ручна моторика, відчуття рівноваги. Сила плечового пояса, статичної витривалості м'язів шиї і спини [9].

Дуже важлива спеціальна витривалість до роботи в різноманітних природно-кліматичних умовах, при високих і низьких температурах, при різних амплітудах температур, високій вологості повітря тощо [12]. Тому об'єктивно доцільним є проведення професійних фізкультурних заходів протягом робочого дня, тижня, року з метою оптимізації психофізіологічного стану. Працівникам агропромислового комплексу необхідно прищеплювати знання та мотивувати до здорового способу життя, використовувати в побуті засоби фізичної культури [11].

Висновки. На основі аналізу науково-методичної літератури нами було виявлено особливості умов праці та професійно-важливі фізичні якості аграріїв.

Виокремлено аксіологічне значення професійно-прикладної фізичної підготовки студентів аграрних вищих навчальних закладів для подальшої успішної професійної діяльності в агропромисловому комплексі.

На нашу думку, врахування вимог щодо підготовки кваліфікованого фахівця, умов праці та рівня розвитку професійно-важливих фізичних якостей суттєво допоможе у підборі засобів і методів професійно-прикладної фізичної підготовки студентів природничо-аграрних спеціальностей.

Перспективою подальших досліджень є вивчення і підбір засобів та методів професійно-прикладної фізичної підготовки з метою створення професійно-орієнтованої моделі організації фізичного виховання для студентів аграрних спеціальностей.

Використані джерела

1. Евсеев С. П. Физическая культура в системе высшего профессионального образования: реалии и перспективы /С.П.Евсеев – СПб., 2007. – С. 358.

2. Карабанов Є. Аналіз процесу фізичного виховання у вищих аграрних навчальних закладах/ Є.Карабанов // Молода спортивна наука України: Збірник наукових праць з галузі фізичного виховання, спорту і здоров'я людини. – Львів: ЛДУФК, 2013. - №□2 (17) - С. 67-70.

3. Колумбет О.М. Виявлення професійно значущих координаційних здібностей у студенток-педагогів / О.М. Колумбет // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. - 2013. - №□9 - С. 29-32. doi:10.6084/m9.figshare.749694].

4. Колумбет О.М. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів / О.М.Колумбет, Н.Ю.Максимович. – К.:КМПУ, 2009. - 96 с.

5. Краснов В. П. Фізичне виховання: психофізичні вимоги до фахівців агропрому: навч. посіб. для вищ. навч. закл. / В. П. Краснов. - К.: Аграрна освіта, 2000. - 133 с.

6. Леонов О. З. Основні компоненти позанавчальної фізкультурно-оздоровчої роботи зі студентами / О. З. Леонов // Теоретико-методичні

проблеми виховання дітей та учнівської молоді. – Зб.наук.праць. – К-П., 2009. – Випуск 13. – Т. 2. – С. 523–531.

7.Мандриков В.Б. Технологии оптимизации здоровья, физического воспитания и образования студентов медицинских вузов: монография / В.Б. Мандриков. – Волгоград : ВГТУ, 2001. – 332 с.

8.Мудрік В. І. Виховання інтересу до професійно-прикладної й фізичної підготовки у студентів / В. Мудрік// Теоретико–методичні проблеми виховання дітей та учнівської молоді: Збірник наукових праць / В.І. Мудрік. – Житомир: Видавництво ЖДУ ім. І. Франка, 2005. – С. 339–343.

9.Пилипей Л.П. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів: монографія / Л. П. Пилипей. - Суми: ДВНЗ "УАБС НБУ", 2009. - 39 с.

10. Подлесний О. І. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів у вузі /О. І. Подлесний // Наукові записки. – К. : Вид. дім «КМ Академія», 1999. – Т. 9. – Ч. 2. – С. 173.

11. Полиевский С. А. Физкультура и профессия /С. Полиевский, И. Старцева. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 160 с.

12. Раєвський Р. Т. Професійно-прикладна фізична підготовка студентів вищих навчальних за-кладів: навч.-метод. посіб. / Р. Т. Раєвський, С. М. Канішевський; за заг. ред. проф. Р. Т. Раєвського. – О.: Наука і техніка, 2010. – 410 с.

13. Рибалко П.Ф., Гвоздецька С.В., Прокопова Л.І. Сучасні підходи до організації фізкультурно-оздоровчої роботи в закладах освіти / П. Ф. Рибалко, С. В. Гвоздецька, Л.І. Прокопова, // Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології. – Суми: СумДПУ ім. А.С.Макаренка, 2016, № 3 (57). – С. 340-347.

14. Шемет О.В. Дидактические основы компетентностного подхода в высшем профессиональном образовании / О.В. Шемет // Педагогика. – 2009. – № 10. – С. 16–22.