

THE PURPOSE OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS IN THE PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF STUDENTS

Ryutina L.N.¹, Beketov A.M.² (Russian Federation) Email: Ryutina427@scientifictext.ru

¹Ryutina Larisa Nikolaevna – PhD of pedagogical Sciences, Associate professor,
DEPARTMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS;

²Beketov Andrew Mikhailovich - Senior Lecturer,
DEPARTMENT OF PHYSICAL CULTURE AND SPORTS,
IRKUTSK STATE UNIVERSITY OF RAILWAY TRANSPORT,
IRKUTSK

Abstract: the role of physical culture and sports in the process of training future specialists of the railway industry, which can adapt not only to production activities, so employment should become a pledge of social and professional longevity. Physical culture and sports are a discipline that improves physical fitness, improve the abilities necessary in the future profession. Physical culture is an organic part of the universal culture, its special independent activity, which actively influences the healthy personal side of the human body.

Keywords: health, sport, physical education, applied professional training, students longevity, the railway sector.

ПРЕДНАЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ И СПОРТА В ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ СТАНОВЛЕНИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ Рютина Л.Н.¹, Бекетов А.М.² (Российская Федерация)

¹Рютина Лариса Николаевна – кандидат педагогических наук, доцент;

²Бекетов Андрей Михайлович - старший преподаватель,
кафедра физической культуры и спорта,
Иркутский государственный университет путей сообщения,
г. Иркутск

Аннотация: роль физической культуры и спорта в процессе подготовки будущих специалистов железнодорожной отрасли, которые могут адаптироваться не только к производственным условиям, поэтому занятия должны стать залогом социального и профессионального долголетия. Физическая культура и спорт - учебная дисциплина, которая обучает следить за своим здоровьем, повышать физическую подготовленность, совершенствовать способности, необходимые в будущей профессии. Физическая культура – органическая часть общечеловеческой культуры, ее особая самостоятельная деятельность, которая активно воздействует на жизненно важные стороны человеческого организма.

Ключевые слова: здоровье, спорт, физическая культура, профессионально-прикладная подготовка, студенты, долголетие, железнодорожная отрасль.

Стратегия развития железнодорожного транспорта в РФ до 2030 года тесно увязана с инновационным характером развития экономики, что является ее главной методологической особенностью.

Обеспечение потребностей населения и экономики страны зависит от состояния железнодорожного транспорта и качества его работы, поэтому специалисты должны быть востребованными. В требованиях Федерального государственного образовательного стандарта профессионального высшего образования указано, что будущий специалист обязан развиваться и совершенствовать профессионально значимые качества в процессе профессионально-прикладной физической культуры [3].

В настоящее время профессионально-прикладная физическая подготовка входит в программы физического воспитания обучающихся и направлена на подготовку молодого специалиста.

Доказано, что лучшим способом восстановления потраченных сил являются занятия физической культуры, различные виды спорта, которые позволяют переключить внимание с умственной на физическую деятельность [1].

Физическую культуру и спорт следует рассматривать как особый род деятельности, результаты которой полезны для специалистов железнодорожной отрасли. Физкультурно-спортивная деятельность обучающихся университета - один из эффективных механизмов слияния общественного и личного интересов и является эффективным средством повышения работоспособности обучающихся в учебном процессе. Приобщение обучающихся к профессиональной прикладной физической подготовке осуществляется с учетом выбранной профессии [4].

При этом физическая культура как элемент общей культуры и профессиональной подготовки обучающихся должна быть направлена на достижение единства телесно-духовного развития, создания основ физического и психического благополучия индивида, оптимизацию его жизнедеятельности.

Одним из главных критериев оценки физического воспитания в вузе является динамика уровня физической подготовленности обучающихся, проследить за которой можно посредством контрольных нормативов.

Несмотря на научные разработки отдельных аспектов физической культуры и спорта, в контексте формирования обучающихся к трудовой деятельности, недостаточно проработаны вопросы связанные с определением путей, разработкой содержания и практико-ориентированных программ. Таким образом, качество преподавания дисциплины своевременно и актуально [3].

В соответствии с учебной программой целью освоения дисциплины является достижение результатов, представленных на рисунке 1:

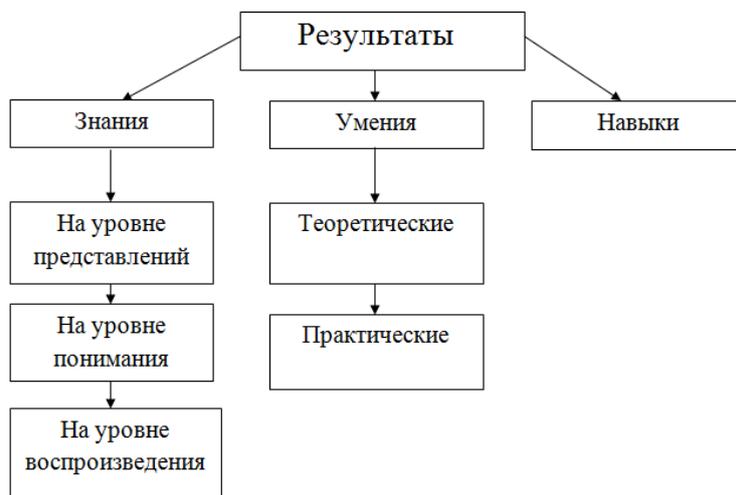


Рис. 1. Результаты

Охарактеризуем более подробно навыки (как структурную единицу подготовки), представленные на рисунке 1:

1) Направленное формирование у обучающихся мотивационно-ценностного отношения к физической культуре и спорту.

2) Установки на здоровый стиль жизни

3) Формирование физической культуры личности как фактора ее социокультурного бытия.

Для более активного привлечения обучающихся в нашем университете функционируют тренажерные залы, спортивный инвентарь, а также работают секции волейбола, баскетбола, футбола.

На основании оценки функционального и физического состояния обучающегося составляется программа физической подготовки для разных групп, а затем на основании этих программ составляется индивидуальный план физической подготовки.

Подчеркивая значимость физической культуры и спорта, следует отметить, что специально подобранные упражнения, в соответствии с их влиянием на развитие мышечных групп, профессионально значимых качеств и психофизических функций, определяют готовность обучающегося к работе в транспортной системе [4].

Список литературы / References

1. Виленский М.Я. Физическая культура работников умственного труда / М.Я. Виленский. М.: Знание, 1987. 60 с.
2. Евсеев Ю.И. Физическая культура / Ю.И. Евсеев. Ростов н/Д.: Феникс, 2010. 444 с.
3. Ильинич В.И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вузов: научно-методические и организационные основы/ В.И. Ильинич. М.: Высш. школа, 1978. 153 с.
4. Рютина Л.Н. Физкультурно-спортивная деятельность в профессиональном становлении студентов / Л.Н. Рютина. М.: ИрГУПС, 2016. 128 с.

Список литературы на английском языке / References in English

1. Vilenskiy M.Y. Physical culture workers / M.Y. Vilenskiy. M.: Knowledge, 1987. 60 c. [in Russian].
2. Evseev Y.I. Physical culture / Y.I. Evseev. Rostov n/D: Feniks, 2010. 444 c. [in Russian].

3. *Ilinich V.I.* Professionally-applied physical training of students of universities: scientific-methodical and organizational bases/ V.I. Ilinich. M.: Higher school, 1978. 153 c. [in Russian].
4. *Ryutina L.N.* Sport's activities in the professional development of students / L.N. Ryutina. M.: IrGUPS, 2016. 128 c. [in Russian].