

ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ПІДГОТОВКИ СПОРТСМЕНІВ

- 3 *Зафар Бакиєв, Низами Керимов*
Методика и критерии оценки физической работоспособности в спортивной борьбе
- 8 *Богдан Балан*
Особливості відбору футболістів на етапі підготовки до вищих досягнень на основі комплексного тестування кандидатів у професійні команди
- 12 *Юлія Вовчаниця*
Підготовка спортсменок високої кваліфікації із залізодефіцитними станами
- 16 *Павло Єрмоленко, Володимир Залойло*
Підготовка футболістів віком 11—15 років з урахуванням ігрового амплуа
- 22 *Світлана Прокопюк*
Хореографічна підготовка партнерів у парно-групових видах спортивної акробатики
- 27 *Сергій Пуцов, Валентин Олешко, Олександр Антонюк*
Особливості побудови тренувального процесу спортсменок високої кваліфікації у важкій атлетиці
- 32 *Ольга Холодова, Олена Козлова*
Компоненти змагальної діяльності спортсменів, які спеціалізуються в шорт-треку на дистанції 1500 м
- 37 *Оксана Шинкарук*
Обґрунтування рівнів підготовки, відбору й орієнтації спортсменів у процесі багаторічного удосконалення

ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ, ФІТНЕС І РЕКРЕАЦІЯ. ФІЗИЧНЕ ВИХОВАННЯ РІЗНИХ ГРУП НАСЕЛЕННЯ. ФІЗИЧНА РЕАБІЛІТАЦІЯ

- 42 *Олена Андреева*
Аналіз сучасних концептуальних моделей фізичної рекреації
- 47 *Римма Баннікова, Руслан Бутюв*
Сучасні підходи до проблеми комплексної реабілітації слабозорих дітей шкільного віку
- 52 *Богдан Дикий*
Система нетрадиційних методів фізичної реабілітації із хронічними соматичними захворюваннями з урахуванням циклічних ритмів
- 57 *Ганна Жук*
Фізкультурно-оздоровчі заняття аквафітнесом у процесі фізичного виховання молодших школярів
- 61 *Зіяд Хаміді Ахмад Насраллах*
Використання інформаційних технологій у процесі адаптивного фізичного виховання слабкозуючих молодших школярів

"Теорія і методика фізичного виховання і спорту" — науково-теоретичний журнал для фахівців у сфері фізичної культури і спорту — наукових працівників, викладачів ВНЗ, тренерів, докторантів, аспірантів, студентів, спортсменів.

Науковий консультант

В. М. Платонов, д-р пед. наук

Головний редактор

Ю. М. Шкретій, д-р наук з фіз. виховання і спорту

Заступник головного редактора

О. В. Андреева, канд. наук з фіз. виховання і спорту

Редакційна колегія:

М. М. Булатова, д-р пед. наук

Л. В. Волков, д-р пед. наук

В. І. Воронова, канд. пед. наук

М. М. Візитей, д-р філос. наук

В. В. Гамалій, канд. пед. наук

В. М. Гордієнко, д-р мед. наук

Л. О. Драгунов, канд. пед. наук

М. В. Дутчак, д-р наук з фіз. виховання і спорту

А. Ю. Дяченко, д-р наук з фіз. виховання і спорту

М. М. Ібрагімов, д-р філос. наук

В. М. Ільїн, д-р біол. наук

В. О. Кашуба, д-р наук з фіз. виховання і спорту

Г. В. Коробейніков, д-р біол. наук

К. Коханович, д-р наук з фіз. виховання і спорту

Т. Ю. Круцевич, д-р наук з фіз. виховання і спорту

Г. А. Лісенчук, д-р наук з фіз. виховання і спорту

О. М. Макагонов, д-р пед. наук

О. К. Марченко, канд. пед. наук

Ю. П. Мічуда, д-р наук з фіз. виховання і спорту

І. І. Пархотик, д-р мед. наук

Т. Д. Полякова, д-р пед. наук

С. Савчин, д-р наук з фіз. виховання і спорту

М. М. Філіппов, д-р біол. наук

Л. Г. Шахліна, д-р мед. наук

О. А. Шинкарук, канд. пед. наук

М. М. Чесноков, д-р пед. наук



- 65 *Юрій Козлов*
Фізична реабілітація дітей віком 5—6 років із функціональними порушеннями опорно-рухового апарату в умовах дошкільного навчального закладу
- 69 *Олена Лазарева, Сергій Федоренко*
Організаційні основи процесу фізичної реабілітації хворих при хірургічному лікуванні вертеброгенної патології
- 74 *Жанна Малахова*
Критерії оцінювання соматичного здоров'я студентів спеціальної медичної групи
- 77 *Ольга Марченко, Ірина Євстратова, Алишбул Муханнад*
Фізична реабілітація осіб із ішемічною хворобою серця з синдромом інсулінорезистентності
- 81 *Степан Пангелов*
Соціальна диференціація потреб активного дозвілля населення України
- 84 *Микола Сайчук*
Масова фізична культура як феномен: ретроспектива та дійсність
- 91 *В'ячеслав Семененко, Юрій Доценко*
Проблеми психофізичної готовності студентів до професійної діяльності
- 96 *Юрій Фурман, Валерій Льовкін*
Сучасні уявлення про фізичну реабілітацію у вертебології
- 101 *Ольга Юшковська, Євдокія Долгієр*
Фізична реабілітація жінок ювенільного періоду, хворих на нейроциркуляторну дистонію, із використанням різних напрямів оздоровчої аеробіки

ЕКОНОМІКА, ІСТОРІЯ, ПСИХОЛОГІЯ, ПРАВО, СОЦІОЛОГІЯ І ФІЛОСОФІЯ У СФЕРІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

- 107 *Михайло Ібрагімов*
Історіософія спорту і фізичного виховання як проєкція культурологічних смислів
- 116 *Олег Ольховий*
Історичний шлях створення європейських систем підготовки керівників фізичної підготовки для військ

ОЛІМПІЗМ І ОЛІМПІЙСЬКІ ІГРИ: ВІД СТАРОДАВНЬОЇ ГРЕЦІЇ ДО НАШОГО ЧАСУ

- 121 *Сергій Бубка*
Давньогрецькі олімпійські ігри: періоди розквіту і занепаду

© "Теорія і методика фізичного виховання і спорту", 2012

ВИПУСК ЖУРНАЛУ № 1/2012
ЗАТВЕРДЖЕНО ВЧЕНОЮ РАДОЮ НУФВСУ
01.02.2012 р., протокол № 5

ВИЩА АТЕСТАЦІЙНА КОМІСІЯ УКРАЇНИ ВИЗНАЛА ЖУРНАЛ
ЯК ФАХОВЕ ВИДАННЯ.
Постанова Президії ВАК України № 24-0912 від 09.02.2000 р.

Видання Національного університету фізичного виховання і спорту України
Видається з 1999 р.
Ресстраційний № КВ-3828 від 23.11.99 р.
Україна, 03680, Київ-150,
вул. Фізкультури, 1
Тел. (044) 289 40 92
Факс (044) 287 68 21

ПРОБЛЕМИ ПСИХОФІЗИЧНОЇ ГОТОВНОСТІ СТУДЕНТІВ ДО ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

В'ячеслав Семененко, Юрій Доценко

Резюме. Рассматривается профессионально-прикладная физическая подготовленность студентов горных факультетов, а также приводится структура психофизической подготовки к будущей профессиональной деятельности, выявлены важные качества, которые необходимы студентам для успешной трудовой деятельности. Определены факторы, которые влияют на работу людей в горно-геологических условиях. Разработана структурная модель профессиональной психофизической подготовленности студентов к профессиональной деятельности.

Ключевые слова: *студенты, профессиональная психофизическая подготовка, структурная модель.*

Summary. *The article deals with professional-applied physical preparedness of students of mining departments, as well as a psycho-physical structure of the preparation for future careers. The important qualities that are necessary for successful employment. The factors that affect the people in the mining and geological conditions are determined. The structural model of occupational psychophysical preparedness of students for professional work is developed.*

Key word: *students, structural model, professional psychophysical preparedness.*

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Праця у сучасних умовах технологічного виробництва висуває все більш високі вимоги до стану здоров'я і рівня професійної підготовки фахівців різних професій, особливо з яскраво вираженими специфічними умовами виробничої діяльності [1, 5, 12 та ін.].

Із розвитком науково-технічного прогресу люди перейшли від простого копіювання фізичних навантажень і технічних прийомів трудових процесів у простих рухах до більш складніших. У зв'язку з цим, багато авторів [4, 7, 10, 11] у своїх роботах використовують термін "професійно-прикладна фізична підготовка".

Завдяки професійно-прикладній фізичній підготовці створюються передумови для успішного опанування тієї або іншої професії й ефективного виконання роботи [9].

Прийняті програмні документи [2, 3 та ін.] з реформування вищої школи передбачають суттєве підвищення рівня професійної підготовленості майбутніх фахівців.

Вирішення цього найважливішого завдання покладається на професорсько-викладацький склад профільюючих кафедр ВНЗ.

Професія шахтаря є однією з найнебезпечніших, шахтарська праця пов'язана з постійним ризиком. У наш час, незважаючи на повну механізацію процесу видобутку вугілля, майже цілковиту технічну оснащеність шахт, трапляються катастрофи й аварії, які забирають людські життя.

Робота шахтарів на вугільних шахтах Донбасу завжди створювала серйозну проблему. Відомо також про шкідливі й небезпечні умови роботи для здоров'я шахтарів [1].

Суть професійно-прикладної психофізичної і фізичної підготовки полягає в тому, що в основі занять і фізичної праці лежить схожий руховий процес і за збігом психофізичних характеристик можна визначити пряму спорідненість кожного виду фізичних вправ з тією або іншою професією, що і зумовило напрям нашого дослідження [4, 6, 7].

Дослідження виконано згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011 – 2015 рр. за темою 3.1 "Вдосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах" (номер держреєстрації 0111U001733).

Мета дослідження — вивчити підходи до психофізичної підготовки студентів гірничих факультетів.

Методи та організація дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програм із фізичної культури для ВНЗ, узагальнення досвіду передової педагогічної практики.

Методи та організація дослідження: аналіз даних науково-методичної літератури, нормативно-правових документів, програм із фізичної культури для ВНЗ, узагальнення досвіду передової педагогічної практики.

Результати дослідження та їх обговорення. За даними спеціальної літератури [4 – 8], метою професійно-прикладної фізичної підготовки є психофізична готовність до успішної професійної діяльності.

Для досягнення цієї мети необхідно створити у майбутніх фахівців психофізичні передумови і готовність до прискорення професійного навчання, досягнення високопродуктивного рівня праці в обраній професії, попередження професійних



Рисунок 1 — Фактори впливу на осіб, які працюють у важких гірничо-геологічних умовах

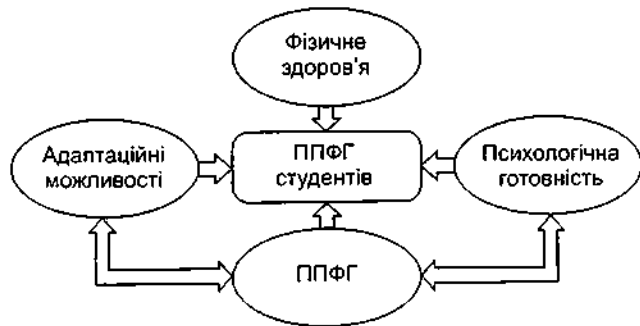


Рисунок 2 — Модель ППФГ студентів

захворювань і травматизму, забезпечення професійного довголіття, використання засобів фізичної культури і спорту для активного відпочинку і відновлення загальної і професійної працездатності в робочій і вільний час, виконання службових і суспільних функцій із впровадження фізичної культури і спорту в професійному колективі.

Із розвитком науково-технічної думки людини все більш оточує штучне середовище, що негативно позначається не лише на її здоров'ї, а й на професійній працездатності, а саме на детренованості організму через нестачу рухової активності, напруженому емоційному стані людини у процесі повсякденної праці, несприятливому впливу зовнішнього середовища.

Сучасна робота людини вимагає значного напруження розумових, психічних і фізичних сил, підвищеної координації рухів у будь-якій сфері праці. Однак кожна професія диктує певний рівень розвитку психофізичних якостей та перелік професійно-прикладних умінь і навичок.

Вугільна шахта, за визначенням Міжнародної організації праці і Правил безпеки у вугільних шахтах, є унікальною складовою виробничої системи, де непередбачені раптові зміни геологічних умов і природних сил, невиконання правил безпеки або неправильні дії навіть однієї людини можуть спричинити катастрофічні наслідки для багатьох людей і довкілля.

Гірничий інженер-технолог, перебуваючи в шахті, може опинитись під впливом небезпечних або шкідливих виробничих факторів (рис. 1).

Ці чинники по-різному впливають на людей, але загальним для всіх є те, що природна фізіологічна адаптація людини не встигає за прискоренням темпів і зміною умов сучасного життя. Звідси постійне емоційне збудження, нерво-психічне стомлення, і, як наслідок, зниження працездатності і можливе виникнення захворювань.

Отже, основним напрямом є розробка системи оцінювання психофізичної підготовленості студентів гірничих факультетів до професійної діяльності.

1. Побудова структурної моделі психофізичної підготовленості студента до професійної діяльності.

2. Формування набору показників; визначення критеріїв оцінювання; вибір методів і розробка інформаційних технологій виміру вибраних показників професійної психофізичної готовності (ППФГ).

3. Дослідження особливостей психофізичної адаптації студентів і розробка алгоритмів для діагностики типів адаптації і прогнозування зриву адаптації.

4. Розробка структури, алгоритмічного забезпечення інформаційної системи оцінювання ППФГ студентів гірничих вузів.

На даному етапі роботи було розроблено структурну модель ППФГ студентів у вигляді системи, що включає 4 підсистеми (фізична, психологічна, психофізіологічна готовність і адаптація) (рис. 2).

У кожній із цих підсистем виділено окремі компоненти її елементи. Впровадження ППФГ в практику створює передумови для стійкої і високої працездатності, за рахунок чого збільшується надійність трудових операцій, які виконує людина.

Це пов'язано з тим, що, якщо раніше темп і ритм трудового процесу задавала сама людина

Таблиця 1 — Професійно важливі якості для гірничого інженера-технолога

Професійно важливі якості	Особистісні якості	Якості, що перешкоджають ефективності професійної діяльності
Високий рівень фізичного здоров'я Уміння глобально мислити Розвинене логічне і наочне мислення Математичні здібності Високі мнемічні здібності (короткочасна і довготривала пам'ять) Самостійність і гнучкість мислення (здатність змінювати вирішення завдань відповідно до змінних умов) Здатність переносити тривале фізичне і психічне напруження в різних гірничо-геологічних умовах Високий рівень концентрації уваги Здатність працювати в умовах ненормованого робочого дня	Витривалість (здатність працювати в різних гірничо-геологічних умовах) Оперативність (швидке реагування і прийняття рішення в різних ситуаціях) Спостережливість Відповідальність Завзятість Посидючість Акуратність Уважність Емоційно-вольова стійкість	Гидливість Неакуратність Неуважність Недбалість Неорганізованість Ригідність мислення Швидка втомлюваність

через керовану нею техніку, то зараз їх визначає технологія виробництва, до якої людина повинна пристосовувати свою працю. Це суттєво змінює її місце і роль у виробничому процесі — людина, так би мовити, постає над виробничим процесом, проте її значення у виробництві ще більше зростає. Зміна структури трудових зусиль і функціональної ролі людини підвищила

вимоги до чутливо-рухової діяльності працівника сучасного виробництва, особливо відносно стійкості його уваги та швидкості й точності реакції.

Так, переходячи до детального розгляду необхідних якостей для успішної трудової діяльності гірничого інженера, які були нами сформульовані (табл. 1).

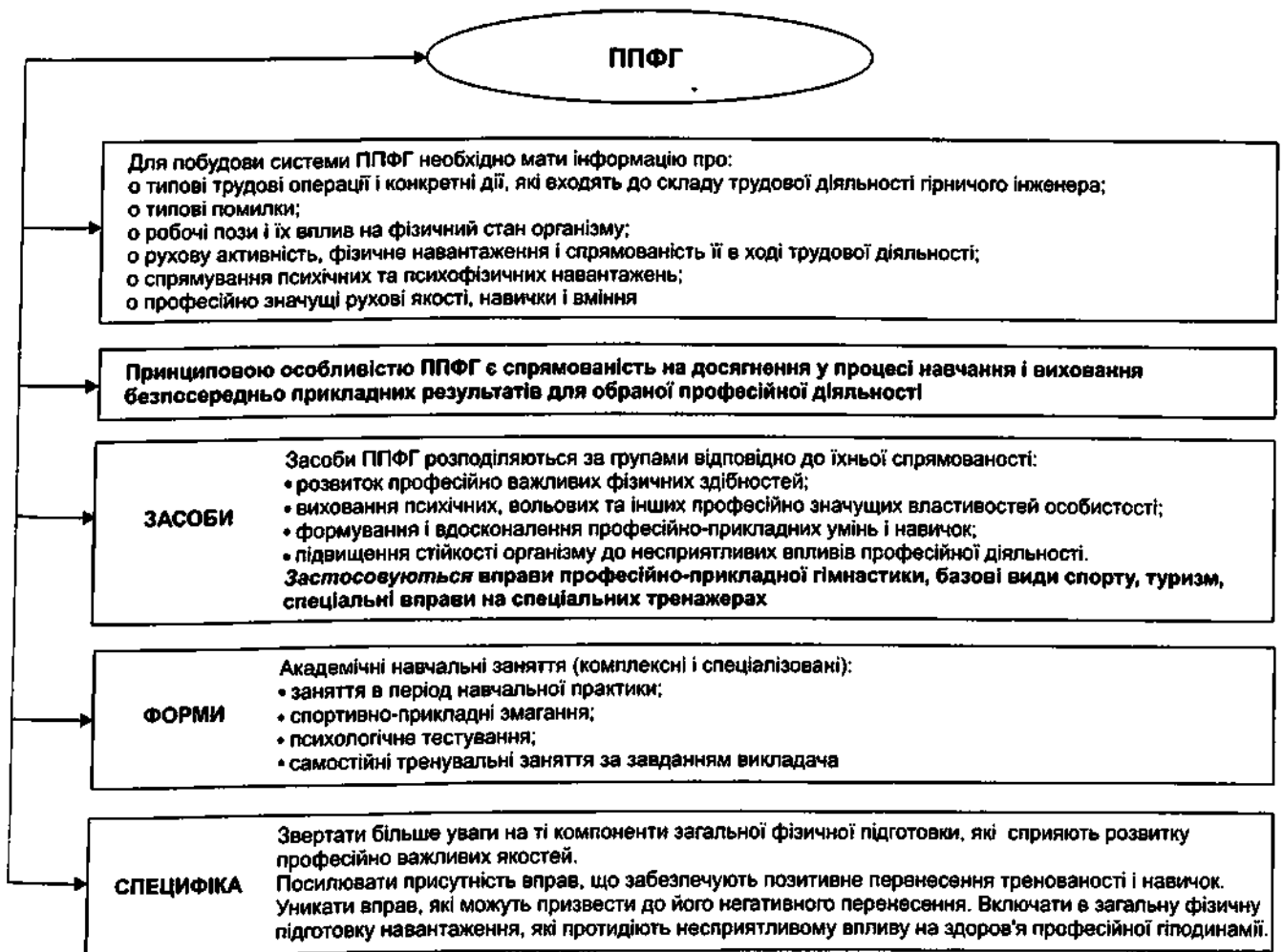


Рисунок 3 — Основні риси методики і форми побудови ППФГ

Для майбутньої успішної трудової діяльності на виробництві студенти гірничих і гірничо-механічних факультетів повинні підготувати свій організм до умов роботи на шахті.

Професійно важливими для гірничого інженера є особливості фізіологічних систем їхнього організму. Фізичні і психічні здібності розвиваються шляхом повторення дій, в яких виявляються і формуються ці ж якості людини (рис. 3).

Вплив необхідності зміни та розподілу праці на вміст психофізичної підготовки майбутнього фахівця виявляється у спрямованості і вмісті спеціалізованої підготовки людини до трудової діяльності.

Одним із прямих завдань професійно спрямованої психофізичної підготовки є забезпечення високого рівня інтенсивності й індивідуальної продуктивності праці майбутніх фахівців вугільної галузі.

Прикладні психофізичні якості — це різноманітний перелік необхідних для кожної професійної групи прикладних фізичних і психічних якостей, які можна формувати при занятті різними видами спорту.

Прикладні фізичні якості — пружкість, сила, витривалість, гнучкість і спритність — необхідні в багатьох видах професійної діяльності, де фахівцям для якісного виконання роботи потрібна або підвищена загальна витривалість, або пружкість, або сила окремих груп м'язів, або спритність.

Завчасне акцентоване формування цих прикладних якостей у процесі фізичного виховання до професійно необхідного рівня і є одним із завдань ППФП.

Висновки. Основне протиріччя цього дослідження полягає у невідповідності збільшення вимог підготовки молодих фахівців до професійної діяльності і погіршення стану здоров'я, фізичної підготовленості, несформованості позитивної мотивації до активної рухової діяльності у майбутніх гірських інженерів-технологів, які навчаються у ВНЗ.

Побудовано структурну модель професійної психофізичної готовності студента. ППФГ визначено як систему, що складається з чотирьох підсистем з подальшою декомпозицією кожної до рівня компонентів і елементів.

Визначено способи вимірювання окремих елементів для отримання критеріїв оцінювання ППФГ.

Було виявлено шкідливі чинники, що впливають на організм шахтарів.

Чітко сформульовано важливі якості, необхідні гірничому інженерові для успішної трудової діяльності.

Перспективи подальших досліджень полягають у розробці методичних рекомендацій до професійної психофізичної готовності студентів гірничих факультетів із метою підвищення рівня їхнього фізичного здоров'я.

Література

1. *Ветров С. Ф.* Гігієнічна характеристика умов праці гірників вугільних шахт Донецької області в умовах реструктуризації галузі: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. мед. наук: 14.02.01 / С. Ф. Ветров; Ін-т медицини праці АМН України. — К., 2004. — 18 с.
2. Закон України "Про вищу освіту" / Верховна Рада України. — К.: Парламент. вид-во, 2002. — 352 с.
3. Закон України "Про фізичну культуру і спорт" / Верховна Рада України. — К.: Парламент. вид-во, 2009. — 80 с.
4. *Кабачков В. А.* Профессионально-прикладная физическая подготовка учащихся в средних ПТУ / В. А. Кабачков, С. А. Полиевский. — М.: Высш. шк., 1982. — 176 с.
5. *Кондрашов А. А.* Профессиональная физическая подготовка студентов технических вузов на основе игрового метода обучения: дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / А. А. Кондрашов, Волжск. инженер.-строительн. ин.-т. — Волжский, 2003. — 149 с.
6. *Пилипей Л. П.* Професійно-прикладна фізична підготовка студентів / Л. П. Пилипей. — Суми: ДВНЗ "УАБС НБУ", 2009. — 312 с.
7. *Раевский Р. Т.* ППФП и психофизическая подготовка студентов машиностроительных специальностей: учеб. пособие для вузов / Р. Т. Раевский, В. И. Филенков. — Краматорск, 2003. — 100 с.
8. *Раевский Р. Т.* Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов / Р. Т. Раевский. — М.: Высш. шк., 1985. — 120 с.
9. *Суворов Ю. А.* Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов: учеб.-метод. пособие. / Ю. А. Суворов, В. А. Платонова. — СПб: ГУИТМО, 2006. — 90 с.
10. *Физическая культура студента: учеб.* / под ред. В. И. Ильинича. — М.: Гардарики, 2000. — 448 с.
11. *Физическая культура: учеб. пос. для студ. высш. учеб. завед.* / под ред. В. Д. Дашинобороева. — 2-е изд., перераб. — Улан-Удэ: Изд-во ВСГТУ, 2007. — 229 с.
12. *Шаропин К. А.* Информационная система оценки психофизической готовности студентов к профессиональной деятельности: автореф. дис. на соискание учен. степени канд. техн. наук: 05.13.01 / К. А. Шаропин, Томск. политех. ун-т. — Томск, 2007. — 25 с.

Reference

1. *Winds S. F.* Hygienic characteristics of working conditions miners of coal mines of the Donetsk region in restructuring: abstract. thesis . . . candidate. honey. Sciences: 14.02.01 / Sergei F. Winds, Institute of Occupational Medicine AMS of Ukraine. — K., 2004. — 18 p.
2. *Law of Ukraine "On Higher Education" / Parliament of Ukraine.* — Kyiv: Parliament Publishers, 2002. — 352 p.
3. *Law of Ukraine "On Physical Culture and Sport" / Supreme Council of Ukraine.* — Kyiv: Parliament Publishers, 2009. — 80 p.
4. *Kabachkovaya V. A.* Professional-applied physical training of students in secondary vocational. Vocational and applied physical preparation of pupils in the middle vocational / V. A. Kabachkovaya, S. A. Polyevskyy. — Moscow, 1982. — 176 p.
5. *Kondrashov A.* Professional physical training of students of technical high schools based on the method of teaching the game: Thesis. . . . Candidate. ped. Sciences: 13. 00. 04 / Alexander A. Kondrashov, Volga Civil Engineering institut. — Volga, 2003 — 149 p.
6. *Philip L.* Professional applied physical training of students [Text]: monograph / L. P. Philip. — Amounts: SHEE "UABS Bank", 2009. — 312 p.
7. *Rajewski R. T.* Professional-applied physical training of students of technical universities. Moscow High School, 1985. — 120 p. .
8. *Eight. Rajewski, R. T.* PFP and psychophysical training of students of engineering specialties [Text]: Textbooks dlyavuzov / R. T. Rajewski, VI panel. — Kramatorsk, 2003. — 100 p.
9. *Suvorov, Y.* Professionally-applied physical training of students / training manuals / YA Suvorov, VA Platonov. — St. Petersburg: St. Petersburg GUITMO, 2006. — 90 p.
10. *Physical education of students: Textbook / Ed. VI Ilyinich. M. Gardariki, 2000.* — 448 p.
11. *Physical training: A manual for students of higher educational establishments, 2nd ed., Revised. / Ed. VD Dashinorboeva.* — Ulan-Ude: Publishing VSGTU, 2007. — 229 p.
12. *Sharopin K. A.* Information System evaluation of psychophysical preparedness of students for professional work. Abstract of. dis . . . Candidate. Technical. Mr. 05. 13. 01 / Konstantin Sharopin, Tomsk Polytechnic University, Tomsk — 2007. — 25.