

подачі були «грізною зброєю» японських волейболістів на Чемпіонаті світу у 1962 р. У теперішній час плануючі подачі теж успішно використовуються.

А. Я. Єфремова

МЕТОДИКА ПОКРАЩЕННЯ ФІЗИЧНОЇ, ПСИХОФІЗИЧНОЇ ТА ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ПІДГОТОВЛЕНOSTІ СТУДЕНТІВ ВИШУ ЗАЛІЗНИЧНОГО ПРОФІЛЮ

Стрімкі зміни соціально-економічних стосунків, переоцінка соціальних цінностей, складність матеріального становища широких верств населення, а у ряді випадків невідповідність педагогічного процесу сучасним вимогам, призвели до негативної трансформації фізичної, психофізичної та професійно-прикладної підготовленості студентської молоді.

На сьогоднішній день система фізичного виховання переживає період пошуку стратегічних рішень свого розвитку, що спонукає до реформування системи фізичного виховання, розробки нових педагогічних технологій, які відрізняються сучасним поглядом на завдання, зміст і методи навчання, іншими підходами до студента, урахуванням його потреб та інтересів.

Програми з фізичного виховання вишу, які ґрунтуються на концептуальних засадах ряду законів України, наголошують на важливості виховання всебічно розвиненої гармонійної особистості, яка має не тільки достатній рівень здоров'я, але й високий рівень фізичної, психофізичної та професійно-прикладної підготовленості.

Важливим завданням фізичного виховання є цілеспрямоване керування процесом розвитку такої особистості за допомогою спеціальних програм, комплексів фізичних вправ вибіркової спрямованості – для різного контингенту з різноманітними функціональними станами.

Саме на заняттях з дисципліни «Фізичне виховання» маємо можливість залучити студентську молодь до активних занять фізичною культурою і спортом, допомогти оволодіти системою практичних знань і умінь, сформувати потребу у регулярних заняттях фізичними вправами, надати знання науково-практичних і теоретичних основ фізичної культури і спорту, здорового способу життя та пояснити роль фізичної культури у підготовці до майбутньої діяльності, забезпечити загальну фізичну, психофізичну і професійно-прикладну підготовленість студентів.

Численні дослідження дозволяють стверджувати, що засоби фізичного виховання широко використовуються для формування професійно важливих якостей у фахівців самого різного профілю та позитивно впливають на розвиток рухових і морально-вольових якостей майбутніх фахівців в умовах вишу. Так у процесі занять фізичним

вихованням досягається подвійний ефект: поряд із специфічним тренувальним ефектом паралельно відбувається загальне зміцнення організму і здоров'я студентів, підвищується рівень їх всебічного фізичного розвитку. Повноцінне виховання фізичних здібностей, психофізичних якостей і систематичне збагачення фонду рухових вмінь і навичок гарантують загальні передумови продуктивності у подальшій професійній діяльності.

Методика покращення фізичної, психофізичної та професійно-прикладної підготовленості студентів передбачає використання певної інтенсивності тренувальних навантажень під час виконання вправ різної спрямованості та експрес-оцінку рівня розвитку фізичних, психофізичних і професійно-прикладних якостей і здібностей студентів УкрДУЗТ.

А. Я. Єфремова

ОБҐРУНТУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ЗАЛІЗНИЧНИХ ВИШІВ З ТОЧКИ ЗОРУ СПЕЦИФІКИ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ ФАХІВЦІВ ЗАЛІЗНИЧНОЇ ГАЛУЗІ

Інтенсифікація і модернізація залізничного транспорту вимагає від фахівця не лише якісної професійної освіти, але й високого рівня його фізичної, психофізичної і психологічної готовності до трудової діяльності. Проте, роботи багатьох науковців свідчать, що більш ніж 60 % випускників вишів не у змозі повною мірою виконувати покладені на них виробничі обов'язки. Отже, розробка концепції професійного розвитку фахівця у сучасних умовах трансформації та інтенсифікації виробництва стає важливим науково-практичним завданням.

Формування і розвиток високого рівня рухової активності, фізичної і психофізичної готовності майбутніх фахівців-залізничників до продуктивної праці можливо лише при відповідній організації навчально-виховного процесу з фізичного виховання і впровадженні адекватних для цієї діяльності науково-інноваційних технологій навчання. Головною метою в організації такого процесу повинна бути якісна підготовка студентів з урахуванням специфіки їхньої професійної діяльності. Важливу роль у розвитку гармонійної особистості сучасного фахівця, його професійних здібностей відіграє фізичне виховання, а саме професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП).

Основне призначення ППФП – це сприяння цілеспрямованому розвитку і підтримці на високому продуктивному рівні необхідних для конкретної професійної діяльності певних фізичних і психічних якостей людини, а також формування функціональної стійкості організму до специфічних умов обраної діяльності і вироблення необхідних прикладних