

10. Ставрiнов М. Г. Греко-римська боротьба : навч. прогр. для дитячо-юнацьких спортивних шкіл, спеціалізованих дитячо-юнацьких шкіл олімпійського резерву, шкіл вищої спортивної майстерності та училищ олімпійського резерву / уклад., В. М. Волошин. – К., 2011. – 59 с.
11. Тупеев Ю. В. Анализ методических подходов, используемых при обучении технике двигательных действий в спортивной борьбе / Ю. В. Тупеев, В.Ф. Бойко // Физическое воспитание студентов: научный журнал. –Харьков, ХООНОКУ, 2010. – №3. – С. 116-121.
12. Johnson J. Enhancing Taekwondo Pedagogy through Multiple Intelligence Theory, "Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology". – 2016. – vol. 16, no. 3, – pp. 57-64, doi: 10.14589/ido.16.3.7.
13. Johnson J., Hyo Jung Kang Hapkido research trends: a review, "Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology". – 2018. – vol. 18, no. 3, – pp. 42-50, doi: 10.14589/ido.18.3.7.

References

- 1.Boxing: Women. Teach. program for children's and youth sports schools, specialized children-youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sporting skills and schools of the Olympic reserve / M. O. Dilenyanyan, V. N. Ost'yanov, G. I. Komisarenko, I. A. Gurovich, Yu. V. Shevchuk. K., 2008. 58 p. [Ukrainian].
- 2.Boxing: Teach. program for children's and youth sports schools, specialized children-youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sporting skills and schools of the Olympic reserve / V. N. Ost'yanov, S. A. Antonov, G.I.Komisarenko, G. G. Matvienko, Yu. V. Shevchuk. K., 2004. 95 p. [Ukrainian].
- 3.Keller V. S. (1992), Theoretical and methodological basis of training of athletes: teaching. manual L.: Ukrainian Sports Association, 269 p. [Russian].
- 4.Kiprich S., Donets O. (2010), Theoretical analysis of the problem of individualization and modeling in sports training of martial arts. Young sports science of Ukraine: Sb. sciences etc. from the field of physical culture and sports. L., Vol. 14 (I): pp. 125-30. [Ukrainian].
- 5.Koshcheev O. S. (2009), Taekwondo WTF: Teach. program for children's and youth sports schools, specialized children-youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sporting skills and schools of the Olympic reserve. K. 86 p. [Ukrainian].
- 6.Latyshev S.V., Shandrigos V. I. (2012), Freestyle wrestling: teach. program for children's and youth sports schools, specialized children-youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sporting skills and schools of the Olympic reserve. K. 95 p. [Ukrainian].
7. Lisitsyn V.V. (2015), Technical and tactical training of highly qualified female boxers. dis. ... Cand. ped. Sciences. Moscow, 28 p. [Russian].
8. Ostianov V. N., Grib A. I., Kopachko O. V. (2010), Competitive activity of boxers of heavy and light weight categories, Pedagogics, psychology and medical-biological problems of physical education and sports, Vol. 12, pp. 94-98. [Ukrainian].
- 9.Platonov V. N. (2015), The system of preparation of athletes in the Olympic sport. General theory and its practical applications: the textbook [for trainers]: in 2 books. Kiev Olympus Lit., Vol. 1: pp. 350-400. [Russian].
10. Stavrinov M. G., Voloshin V. M. (2011), Greco-Roman wrestling: teach. program for children's and youth sports schools, specialized children-youth schools of the Olympic reserve, schools of higher sporting skills and schools of the Olympic reserve. K. 59 p. [Ukrainian].
11. Tupееv Yu. V., Bojko V. F. (2010), Analyzes of methodological approaches during technique studying in sports wrestling. Fizicheskoe vospitanie studentov: nauchnyj zhurnal. Har'kiv, HOONOKU. Vol. 3. pp. 116-121. [Russian].
12. Johnson J. (2016), Enhancing Taekwondo Pedagogy through Multiple Intelligence Theory, "Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology", vol. 16, no. 3, pp. 57-64, doi: 10.14589/ido.16.3.7. [English].
13. Johnson J., Hyo Jung Kang (2018), Hapkido research trends: a review, "Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology", vol. 18, no. 3, pp. 42-50, doi: 10.14589/ido.18.3.7. [English].

УДК 796.015.132-057.875

Зюзь В.Н.

**доцент, кандидат наук по физическому воспитанию и спорту
ГВУЗ «Приазовский государственный технический университет»**

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА ДЛЯ СТУДЕНТОВ ТЕХНИЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ ПГТУ

В статье проанализировано современное производство, которое характеризуется повышенной сложностью и интенсивностью трудовых процессов, что требует от специалиста быстроты и точности двигательных действий, высокой концентрации внимания и поиска нестандартных решений. При формировании личности инженера современного промышленного производства большие возможности заложены в вузовской системе физического воспитания.

Рассмотрен практический опыт работы преподавателей, и их методологический подход к проблеме профессионально-прикладной физической подготовки, представляющей собой одно из основных направлений современной системы физического воспитания, призванное сформировать физические и специальные качества, умения и навыки, способствующие достижению объективной готовности человека к успешной профессиональной деятельности.

Успешное освоение профессии возможно лишь при наличии соответствия определенных

психофизиологических качеств человека, специфическим требованиям, предъявляемым производственными процессами именно к этим профессионально важным качествам. На основании выявления таких качеств и физиологических функций, необходимых для освоения конкретных профессий, степени развития функций у студентов, осваивающих профессию, разработаны критерии профессиональной пригодности.

Ключевые слова. Студент, профессиональная прикладная физическая подготовка, физическая подготовка, профессиональная деятельность.

Зюзь В.М. Професійно-прикладна фізична підготовка для студентів технічних спеціальностей ПДТУ. У статті проаналізовано сучасне виробництво, яке характеризується підвищеною складністю і інтенсивністю трудових процесів, що вимагає від фахівця швидкості і точності рухових дій, високої концентрації уваги і пошуку нестандартних рішень. При формуванні особи інженера сучасного промислового виробництва великі можливості закладені в вузівській системі фізичного виховання.

Розглянутий практичний досвід роботи викладачів, і їх методологічний підхід до проблеми професійно-прикладної фізичної підготовки, що є одно з основних напрямів сучасної системи фізичного виховання, покликане сформулювати фізичні і спеціальні якості, уміння і навички, сприяючи досягненню об'єктивної готовності людини до успішної професійної діяльності.

Успішне освоєння професії можливе лише за наявності відповідності певних психофізіологічних якостей людини, специфічним вимогам, пред'явленим виробничими процесами саме до цих професійно важливих якостей. На підставі виявлення таких якостей і фізіологічних функцій, необхідних для освоєння конкретних професій, міри розвитку функцій у студентів, що освоюють професію, розроблені критерії професійної придатності.

Ключові слова. Студент, професійна прикладна фізична підготовка, фізична підготовка, професійна діяльність.

Zyuz V.N. Professional and applied physical training for students of technical specialties of PSTU. The article analyzes modern production characterized by increased complexity and intensity of labor processes, which requires a specialist to speed and accuracy of motor actions, high concentration of attention and search for non-standard solutions. When forming the personality of an engineer of modern industrial production, great opportunities are laid in the university system of physical education.

The practical experience of teachers' work and their methodological approach to the problem of professionally applied physical training, which is one of the main directions of the modern physical education system, designed to create physical and special qualities, skills and skills, contributing to the achievement of an objective readiness of a person to a successful professional activity.

Studying the main reasons for the declining health of workers in the industrial sector as part of their professional activities will provide an opportunity to substantiate the importance of developing a health culture for students of technical specialties in the process of physical education, during the period of studies in higher education institution.

An important place in the PAPT take also the exercises before the beginning, during and after the day of work. Due to these exercises, a person can smooth entry into the working rhythm and maintain the necessary working capacity during the work shift, and after its completion - removal of physical fatigue and emotional stress is ensured.

Successful career development is possible only if there is a conformity of certain psycho-physiological qualities of a person to the specific requirements imposed by production processes on these professionally important qualities. Based on the identification of such qualities and physiological functions necessary for the development of specific professions, the degree of development of functions in students mastering the profession, the criteria of professional suitability have been developed.

Key words: student, professional applied physical training, physical training, professional activity.

Постановка проблемы. Анализ литературных источников. Целью системы высшего профессионального образования является формирование личности инженера, овладении им специальными знаниями, достижения высокой профессиональной подготовленности, общей и физической культурой (Л.П. Матвеев, В.П. Полянский, 2003; С.С. Коровин, 2005 и др.). После завершения вуза, они призваны выполнять ведущие функции в социально-экономическом развитии государства, для чего необходимо иметь высокий уровень духовного, психического и физического здоровья. Вместе с тем, В. Д. Атаманов, В. К. Бальсевич, А. Д. Дубогай и др. показывают, что этот уровень у большинства выпускников вузов не отвечает современным требованиям.

Необходимость целенаправленной физической подготовки человека к трудовой деятельности обусловила появление специфического направления в системе физического воспитания – профессионально-прикладной физической культуры, целью которой является формирование реального состояния и перспективных основ подготовленности человека к успешному овладению профессией и оптимального функционирования его в профессиональной деятельности (В.И. Ильичич, 1978-1990; В.А. Кабачков. 1996 и др.).

Важнейшим детерминантом обеспечения единства биологического и социального в культурном преобразовании личности является физическая культура. Овладение её ценностями способствует формированию социальной культуры личности (М.Я. Виленский, 1986; В.К. Бальсевич, 2003 и др.).

Достигнутый в процессе профессионально-прикладной физической культуры (ППФК) высокий уровень профессионально важных качеств позволяет во время работы длительное время поддерживать оптимальное согласование человека и технических устройств. Объясняется это повышением резервных возможностей человека и тренировкой его компенсаторных механизмов.

По данным Р.Т. Раевского (1985) недостаточный уровень развития физических качеств молодых инженеров промышленных предприятий является причиной задержек в работе, аварий, остановкой оборудования, а недостаточный уровень психических качеств и того больше - ошибок.

Все вышесказанное делает актуальным вопрос о повышении эффективности профессиональной деятельности представителей различных специальностей и определили, что она во многом зависит от уровня развития двигательных и психических качеств человека.

Успешное освоение профессии возможно лишь при наличии соответствия определенных психофизиологических качеств человека, специфическим требованиям, предъявляемым производственными процессами именно к этим профессионально важным качествам. На основании выявления таких качеств и физиологических функций, необходимых для освоения конкретных профессий, степени развития функций у студентов осваивающих профессию, разработаны критерии профессиональной пригодности.

Изучение основных причин ухудшения здоровья работающих в промышленной отрасли в рамках профессиональной деятельности, даст возможность обосновать значимость формирования культуры здоровья для студентов технических специальностей в процессе физического воспитания, в период обучения в высшем учебном заведении.

Цель статьи (постановка задач):

- разработать структуру профессионально-прикладной физической культуры программы физического воспитания для студентов технических специальностей;
- сформировать у будущих специалистов двигательные умения и навыки, которые будут способствовать производительному труду;
- активизировать самостоятельную работу студентов как составляющую учебной деятельности;
- анализ научно-методической литературы организации формирования физической культуры для студентов технических специальностей;
- анализ особенностей профилактики заболеваний средствами физической культуры;
- анализ и обобщение средств профессионально-прикладной физической подготовки студентов, и основных двигательных навыков, которые способствуют производительному труду будущих специалистов.

Изложение основного материала исследований. Многие профессии в Приазовском государственном техническом университете (ПГТУ) предъявляют повышенные требования к зрительному анализатору в целом и к отдельным его функциям, к слуховому анализатору, прежде всего к остроте слуха, а также к вестибулярной функции. Значительное число профессий связано с пребыванием в условиях повышенной или пониженной температуры воздуха, шума, вибрации, вынужденным конвейерным ритмом работы. Эти условия предъявляют повышенные требования к функциональному состоянию центральной нервной системы, особенно ее вегетативному отделу, к аппарату кровообращения в целом. Не мало еще имеется профессий, требующих применений ручного труда с элементами общего физического и статического напряжения, вынужденной рабочей позы, напряжением отдельных мышечных групп, конечностей. Такие работы обусловили повышение требования к функциональному состоянию опорно-двигательного аппарата.

В основе влияния занятий физическими упражнениями на успешность профессиональной деятельности лежит механизм, переноса двигательного навыка, умений, сформированных в области физической культуры, на результат овладения навыками и умениями в трудовой деятельности.

Фундаментальным принципом физического воспитания является связь физической культуры и спорта с трудовой и оборонной деятельностью людей. Основная направленность занятий заключается в том, чтобы увеличить диапазон функциональных возможностей организма человека, расширить арсенал его двигательной координации, а также обеспечить эффективную адаптацию организма к различным факторам труда.

Профессионально-прикладная физическая подготовка на практике решает задачи:

- вооружить студентов прикладными знаниями о профессии, о физических качествах, необходимых им для успешного выполнения трудовых операций, для высокоэффективного труда;
- сформировать у студентов двигательные умения и навыки, которые будут способствовать производительному труду будущих специалистов;
- воспитать у них физические и психические качества, необходимые в будущей трудовой деятельности;
- способствовать лучшему освоению трудовых операций, ускоренному обучению профессии;
- научить использовать средства активного отдыха для борьбы с производственным утомлением, для быстрого и полного восстановления сил.
- предупредить и снизить производственный травматизм за счет увеличения силы, быстроты, выносливости, ловкости и гибкости при выполнении трудовых операций, в процессе жизнедеятельности.

Процесс обучения любым двигательным действиям в физическом воспитании тесно связан с решением и других задач – образовательных, воспитательных и оздоровительных.

В процессе ППФП студентов университета повышается общая и специальная работоспособность, способствующая овладению изучаемой специальностью (табл. № 1).

Таблиця 1.

Професійно важливі якості (ПВК) по обраних напрямках

Спеціальність	Основні професійно важливі якості		
	Фізическі	Психофізическі	Психическі
Магістр - металург	Виносливість швидкість; ловкість; емоційна стійкість.	Вестибулярна стійкість; Внимание	Оперативне мишлення; смелість і рішучість
Магістр - випереджувальної техніки	Швидкість; ловкість; статическа сила	Внимание, реакція слення	Оперативне мышлення; емоційна стійкість; пам'ять
Магістр - під'ємно- транспортних систем.	Виносливість (обща і статическа); сила; ловкість;	Вестибулярна стійкість; стійкість на обмеженій опорі; внимание (переключення і розподілення);	Воля; смелість і рішучість. оперативне мышлення;
Магістр - теплоенергетик	Виносливість; швидкість; ловкість;	Вестибулярна стійкість; пространственно- временне орієнтування; внимание (переключення і розподілення)	Воля; смелість і рішучість. оперативне мышлення; внимание (стійкість, переключення)
Магістр - механік	Статическа виносливість; сила; ловкість;	Пространственно-временна орієнтація; коммунікативність	Пам'ять. розвинутий глазомер;

Високий рівень загальної працездатності досягається систематичними заняттями кроссом, спортивними іграми, лижної підготовки, плаванням. Підвищення рівня фізических якостей, функціональної підготовки, покращення основних показателів фізического розвитку (спирометрії, кров'яного тиску, частоти серцевих скорочень і т.д.) створює базу для підтримання високоєфективної навчальної діяльності студентів в течение всієї навчальної року.

Спеціальна працездатність студентів досягається тренувальною тех фізических і психических якостей, які визначають успішність навчальної діяльності. Фізическі вправи з ціллю виконання крім всієї на навчальних заняттях. Можливо також самостійне проведення спеціально направлених фізических тренувань во вне навчального часу. Дуже корисні в цьому плані спортивні ігри, єдиноборства, біг на короткі дистанції, тренувальні заняття, швидкість мислительної діяльності, оперативну пам'ять і інші якості.

Направленість комплексу професійно-прикладної фізическої культури, професійно важливі якості по обраних напрямках:

Магістри-металурги: забезпечення високого рівня функціонування серцево-судинної системи (ССС), механізмів зовнішнього і внутрішнього дихання, системи терморегуляції, вестибулярного апарату; розвиток загальної виносливості, швидкості і точності рухів, двигальної реакції, ловкості, ловкості рук, пальців, рівноваги, вестибулярної стійкості, стійкості до низької і високої температури, резким її коливанням; розвиток об'єму, розподілення, переключення, концентрації і стійкості уваги, оперативного мышлення, емоційної стійкості, рішучості, смелості, стійкості; формування і удосконалення навичок в лазанні, роботі на висоті, передвиженні по обмеженій опорі, в задержці дихання.

Магістри по АСУ: розвиток стійкості до гіподинамії, статическої виносливості м'язів рук і туловища, реакції слення, подвижності суглобів рук, пальців, ловкості і координації рухів рук і пальців, розподілення, переключення, концентрації і стійкості уваги, терпіння, створення фізіологіческих передумов для хорошого кровообращення м'язів ніг, осанки.

Магістри під'ємно-транспортних систем: професія пред'являє підвищені вимоги до фізическим якостям, психофізическим функціям і ряду якостей особистості інженера, тому початку роботи предшестує медический контроль з ціллю професійної придатності.

З фізических якостей найбільш значимими є сила (пріоритет віддається силі м'язів спини, рук і ніг); ловкість (лазанні по лісницям, трапам); обща і статическа виносливість.

В психофізіологіческих функціях пріоритетними є вестибулярна стійкість; пространственно-временні показателі (реакція на рухомий об'єкт, м'язечно-суглобна чутливість); функції уваги (переключення, розподілення і т.д.).

Особистісні якості: оперативне мышлення, стійкість в екстремальних ситуаціях, самообладання, смелість і рішучість, волевые якості.

Магістри-теплоенергетики: в трудовому процесі преобладають наступні функції: організація і керівництво колективом, прогнозування і планування виробництва, методів організації і управління виробництвом. З фізических і психофізических якостей найбільш значимі: обща виносливість, швидкість, ловкість; точність і узгодженість рухів, стійкість і переключення уваги. Підвищені вимоги пред'являються до рівня розвитку вестибулярної стійкості, оскільки нерідко доводиться працювати на висоті при обмеженій опорі.

Психические и психофизические качества личности (коллективизм, работоспособность, решительность и смелость, самообладание, способность объективно оценивать людей, воля).

Магистры-механики: в трудовом процессе преобладают следующие функции: организация и руководство коллективом, чтение чертежей, расчетные и измерительные работы.

К наиболее значимым физическим качествам относят: статическую выносливость (от 15 до 30 % рабочего времени приходится находиться в вынужденной позе), силу рук, ног и спины, ловкость рук.

Среди психофизиологических функций выделяют: пространственно-временную ориентацию (способность к точному отмериванию амплитуды, усилий и т.д.), развитый глазомер, дифференцирование мышечных усилий.

Психические функции: умение руководить людьми, инициативность, умение переключаться с одной работы на другую, развитое внимание, память.

Программой физического воспитания для учебных заведений предусмотрено ознакомление студентов с теоретическими основами ППФП, обучение их некоторым профессионально-прикладным физическим упражнениям, способам воспитания и самовоспитания основных физических качеств, того или иного профиля, подготовка их к участию в простейших соревнованиях по профессионально-прикладным видам спорта.

Изучение показателей состояния здоровья у лиц, работающих в металлургической отрасли, позволило выявить специфику склонностей к профессиональным заболеваниям и разработать технологии освоения и преодоления этих склонностей, которые стали основой для создания методики формирования культуры здоровья и здорового образа жизни. Все эти факторы вошли в структуру организации качественной подготовки квалифицированных специалистов в ГБУЗ «Приазовском государственном техническом университете», с учетом будущих специальностей, создание условий для формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.

Именно поэтому, преподаватели должны выявлять недостатки физического развития и состояния здоровья студентов, что даст возможность разработать практические рекомендации по оптимизации процесса физического воспитания студентов, рационального использования средств и методов физической культуры в программе физического воспитания.

Таблица 2

Контроль за эффективностью ППФП

№	Описание теста, единицы Измерения	Тестируемое Качество	Специальность
1	Челночный бег 4х10 м, с	Ловкость, Быстрота	Экономисты
2	Тест Яроцкого. С (круговые движения головой в темпе 2 движения в 1 секунду в обе стороны).	Вестибулярная Устойчивость	механики, теплоэнергетики металлургии
3	Становая динамометрия, кг Подъем ног к перекладине, раз (муж.) Сгибание рук в упоре лежа от пола, раз (жен.)	Сила	механики, металлургии
4	12-ти минутный тест Купера, м. (муж.жен.)	Общая Выносливость	Все Специальности
5	Движение по гимнастической скамейке с б/б мячом (обследуемый движется по рейкам двух перевернутых гимнастических скамеек, поставленных одна за другой, вперед и назад и громко произносить числа по таблице умножения на 6 в одну сторону и на 7 в другую. Под каждый счет необходимо выполнять одно перебрасывание мяча из руки в руку. Расстояние между кистями около 1 метра.	Распределение и переключение внимания	экономисты, механики
6	Броски теннисного мяча в круг, с. 20 бросков в мишень d30 см, броски попадания «мимо» не засчитываются.	Быстрота, Точность	экономисты,
7	Методика «часы». Исследование проводится с помощью бланка с изображением 42 циферблатов, на которых по одному числу, около любого часа, а циферблат повернут на неопределенное количество градусов. Необходимо определить, какое время показывают стрелки часов.	Пространственно-временная ориентация	Все специальности
8	Исследуется с помощью электросекундомера и ключа для замыкания и размыкания электроцепи. Целесообразно давать задания в диапазоне 10-15 с., указывая на какой цифре через это время следует остановить стрелку секундомера. 10 пробных и 20 зачетных попыток	Реакция на движущийся объект	механики, теплоэнергетики металлургии
9	Последовательное выполнения сложных по	Эмоциональная	все специальности

	координации физических упражнений на низком и высоком гимнастическом бревне.	Устойчивость	
10	10 рядов по 5 цифр. Вам будут зачитываться ряды из 5 однозначных чисел. Ваша задача запомнить эти числа в том порядке, в котором их зачитывают. После в уме сложить первое со вторым и записать сумму, второе с третьим и записать сумму и т.д.	Оперативная Память	все специальности

Сознание этого должно направить студентов на получение широкой осведомленности по сохранению и укреплению собственного здоровья в существующих экологических условиях и в специфических условиях труда.

Отсюда вытекают современные приоритетные направления охраны здоровья работников промышленной отрасли: формирование и реализация комплексных программ профилактики заболеваний, включающие мероприятия по оздоровлению условий труда и окружающей среды; рационализацию режимов труда, организацию медико-социальной профилактики заболеваний и укрепление здоровья работающих непосредственно на производстве.

Контроль за эффективностью ППФП осуществляется с использованием педагогических и медико-биологических тестов (табл. №2) и имеет основные задачи:

1. Оценить степень владения прикладными навыками и умениями.
2. Оценить степень развития ПВК.
3. Оценить уровень знаний в области ППФП по избранной профессии. Работа преподавателей кафедры физического воспитания и спорта (КФВиС) направлена на формирование культуры здоровья, реабилитацию и лечение студентов. При этом необходима инициатива студента к сохранению и укреплению здоровья во всех его аспектах.

Важное место в ППФП занимает также выполнение физических упражнений перед началом, в процессе и после трудового дня. За счет этих упражнений обеспечивается плавное вхождение человека в рабочий ритм и поддержание необходимой работоспособности во время рабочей смены, а после ее окончания – снятие физической усталости и эмоционального напряжения.

Выводы

Изучение основных причин ухудшения здоровья работников промышленной отрасли в рамках профессиональной деятельности, позволило выявить специфику склонностей к профессиональным заболеваниям и стало основой для создания методики формирования культуры здоровья студентов технических специальностей в процессе занятий по физическому воспитанию в период обучения в вузе.

Внедрение новой системы профессионально-прикладной физической подготовки студентов технических специальностей - это путь к решению проблемы улучшения здоровья работников промышленной отрасли.

Организация самостоятельной работы для студентов технических специальностей позволяет индивидуализировать учебный процесс, активизировать поисковую работу студентов в выборе любимого вида спорта, привлечь их к участию в соревнованиях.

Таким образом, по окончании вуза, мы сможем получить не только высококвалифицированного специалиста промышленности, но и личность, способную хранить и приумножать собственное здоровье.

Перспективы дальнейших исследований. Дальнейшие исследования связаны с поиском новых форм организации учебного процесса студентов различных направлений профессиональной деятельности, организации качественной подготовки квалифицированных специалистов с учетом будущей специальности, создание условий для формирования культуры здоровья и здорового образа жизни.

Литература

1. Анікеев Д. М. Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д. М. Анікеев // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту - 2009. - № 2 - С. 6-9.
2. Болтенкова О. М. Особливості організації професійно-прикладної фізичної підготовки дівчат у вищому навчальному закладі економічного напрямку / О. М. Болтенкова // Слобожанський науково-спортивний вісник: наук.-теорет. журн. - Харків : ХДАФК, 2012. - № 4. - С. 16-19.
3. Герчак Я. М. Формирование готовности к здоровьесбережению студентов высшего профессионального образования: автореферат дис. кандидата педагогических наук:13.00.08./Я.М. Герчак.- Новокузнецк, 2007.-22с.
4. Дубогай О. Мотивація до занять фізичними вправами. Бібліотека шкільного світу. Здоров'я та фізична культура. Бібліотека. Фізкультура як складова здоров'я та успішного навчання дитини. К: 2006.
5. Зюзь В.Н. Использование средств прикладной физической культуры в патриотическом воспитании молодежи / В.Н. Зюзь, В.В. Балухтина, Т.М. Бабич // ГВУЗ «Приазовский государственный технический университет» - г. Мариуполь: 2017. 215с.
6. Егорычев А.О., Пенцик Б.Н., Смирнова Ю.А. Здоровье студентов с позиции профессионализма // Теория и практика ФК. - 2002. - №2. - С.56.
7. Раевський Р. Т. Здоровье здоровый и оздоровительный образ жизни студентов / Р. Т. Раевський, С. М. Канишевский : [Под общ. ред. Р. Т. Раевского.] - О.: Наука и техника, 2008. - 556с.
8. Шимко І. Проблеми організації самостійної роботи у вищій школі / Рідна школа. - 2005. - № 8. - 34-35с.
9. Фарфель В.С. Управление движениями в спорте / В.С. Фарфель. – М. : Физкультура и спорт, 1975. – 208с.

Reference

1. Anikeev D.M. Problems of the Formation of a Healthy Way of Living for Students / Young / D.M. An_keeв // Pedagogy, Psychology and Medical-Biological Problems of Physical Training and Sport - 2009. - № 2 - P. 6-9.
2. Boltenkova O. M. Especially organizing professional-applied physical training programs at the main school foundation of economical education / O. M. Boltankova // Slobozhansky sports science forum: science.-theor. journals - Kharkov: HDAFC, 2012. - № 4. -С. 16-19.
3. Gerchak Ya. M. Formation of readiness for health savings of students of higher vocational education: abstract of thesis. Candidate of Pedagogical Sciences: 13.00.08./Ya.M. Gerchak. - Novokuznetsk, 2007.-22s.
4. Dubogai O. Motivatsiya to take physical rights. Biblioteka shkilnogo svitu. Health is that culture. Library. Physical culture as a storehouse of health and success of the school. K: 2006.
5. Zyuz V.N. The use of applied physical culture in the patriotic education of young people / V.N. Zyuz, V.V. Balukhtina, T.M. Babich // State Higher Educational Institution «Priazovsky State Technical University» - Mariupol: 2017. 215с.
6. Egorychev AO, Pentsik B.N., Smirnova Yu.A. Student health from a position of professionalism // Theory and practice of FC. - 2002. - №2. - P.56.
7. Raevsky R. T. Health healthy and health-improving lifestyle of students / R. T. Raevsky, S. M. Kanishevsky: [Under total. ed. R.T. Raevsky.] - A. : Science and technology, 2008. - 556 p.
8. Shimko I. Problems of organizing self-directed robots in schools / Ridna school. - 2005. - № 8. - 34-35с.
9. Farfel V.S. Motion control in sports / V.S. Farfel. - M.: Physical culture and sport, 1975. - 208с.

Карленко В. П.

кандидат педагогічних наук, професор; Кравченко О. А.

аспірант

Холодова О. С.

кандидат наук з фізичного виховання та спорту, старший викладач

Смирнова З. Д.,

старший викладач

Хуртик Д. В.,

старший викладач

Вінник О. О. ,

старший викладач

Єфанова В. В. ,

старший викладач

Національний університет фізичного виховання та спорту України

ЗМАГАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ БІАТЛОНІСТІВ ВИСОКОЇ КВАЛІФІКАЦІЇ ЯК ОДИН ІЗ ЧИННИКІВ ПІДВИЩЕННЯ ЇХНЬОЇ ТЕХНІЧНОЇ МАЙСТЕРНОСТІ

Дослідження стосуються систематизації системи знань про змагальну діяльність та технічну майстерність біатлоністів високої кваліфікації. За результатами проведеної роботи запропоновано три періоди та сім етапів розвитку біатлону, межі яких обумовлені прийняттям Міжнародним олімпійським комітетом і Міжнародною спілкою біатлоністів організаційних рішень щодо введення до програми зимових Олімпійських Ігор та чемпіонатів світу з біатлону нових дисциплін; виявлено залежність формування структури і змісту змагальної діяльності від впливу зовнішніх і внутрішніх факторів; встановлено позитивні та негативні тенденції змагальної діяльності, що характеризуються хвилеподібним характером конкуренції у національному заліку кубків, чемпіонатів світу та зимових Олімпійських Ігор, прогресивним зростанням абсолютних показників діяльності біатлоністів високої кваліфікації, переважним впливом на спортивний результат швидкості пересування по дистанції та односпрямованою динамікою взаємозв'язку показників технічної майстерності в дисциплінах біатлону; узагальнено організаційні, методичні та матеріально-технічні проблеми підготовки, з якими стикаються спортсмени протягом реалізації спортивної майстерності в умовах змагальної діяльності; обґрунтовано ефективність цільового підходу для оптимізації побудови змагальної діяльності та підвищення технічної майстерності біатлоністів високої кваліфікації.

Ключові слова: змагальна діяльність, періоди, етапи, фактори, тенденції, проблеми, технічна майстерність.

В. П. Карленко, А. А. Кравченко, О. С. Холодова, З. Д. Смирнова, Д. В. Хуртик, А. А. Вінник, В. В. Єфанова.
Соревновательная деятельность биатлонистов высокой квалификации как один из факторов повышения их технического мастерства. Исследования касаются систематизации системы знаний о соревновательной деятельности и техническом мастерстве биатлонистов высокой квалификации. По результатам проведенной работы предложено три периода и семь этапов развития биатлона, границы которых обусловлены принятием Международным олимпийским комитетом и Международным союзом биатлонистов организационных решений относительно введения в программу зимних Олимпийских Игр и чемпионатов мира по биатлону новых дисциплин; выявлена зависимость формирования структуры и содержания соревновательной деятельности от влияния внешних и внутренних факторов; установлены положительные и отрицательные тенденции соревновательной деятельности, характеризующиеся волнообразным характером конкуренции в национальном зачете кубков, чемпионатов мира и зимних Олимпийских Игр,