

**ПСИХОФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СПЕЦИАЛИСТА-АГРАРИЯ
В УСЛОВИЯХ РЕФОРМИРОВАНИЯ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ**
**Psychophysical training of agrarian specialists
in the conditions of reforming of the graduate school system**

Е. Ю. Панкова, Н. Ю. Заева, студентки Уральского государственного аграрного университета
П. В. Шаравьев, аспирант Уральского государственного аграрного университета
(Екатеринбург, ул. Карла Либкнехта, 42)

Рецензент: Г. В. Миронова, профессор Уральского государственного аграрного университета

Аннотация

В системе представлены интегративные качества гармонично развитого, физически крепкого и ведущего здоровый образ жизни студента аграрного вуза, сформированные в процессе обучения в вузе под влиянием преподавателей, особенно кафедры физического воспитания и спорта. Ориентация личности на здоровье – показатель культуры человека. Показано, что здоровье – это гармоничное единство физических, психических, интеллектуальных функций человека, которые позволяют оптимально реализовать свои возможности в трудовой и общественной жизни.

Ключевые слова: студент, факультет, специалист, психофизическая подготовка, здоровье, личность, мотив, здоровый образ жизни.

Summary

There are presented the integrative qualities of harmoniously developed, physically strong and leading a healthy lifestyle student of agrarian university, formed in the process of studying in high school under the influence of teachers, especially of the department of physical education and sport. Orientation on health is an indicator of a person's culture. There is shown that health is a harmonious unity of physical, mental, intellectual functions of the person that will optimally realize the potential in work and social life.

Keywords: student, department, psycho-physical training, health, personality, motive, health lifestyle.

В условиях реформирования высшего профессионального образования остро встают вопросы подготовки высококвалифицированных кадров и для аграрного сектора экономики. Становление современного специалиста-агрария тесным образом связано с его развитием как целостной, гармоничной и всесторонне развитой личности, а также его надлежащей профессионально-прикладной физической подготовкой [4; 7].

Современное положение на рынке труда требует новых подходов к подготовке выпускников вузов, способных в современных рыночных условиях интеллектуальной конкуренции реализовывать себя с высоким коэффициентом творческой отдачи.

Кроме физической силы, ловкости и других физических качеств занятия физической культурой, спортом и туризмом развивают и такие психологические качества личности, как воля, выдержка, организованность, коллективизм, способствуют становлению самооценки. В результате систематической тренировки в организме человека развивается совокупность изменений, способствующих развёртыванию механизма общей адаптации, направленной, в частности, на энергетическое и пластическое обеспечение специфических гомеостатических реакций, перестройку различных органов и систем, расширение их функциональных возможностей, совершенствование регуляторных механизмов. Это имеет важное значение для

поддержания здоровья, повышения работоспособности, сопротивляемости организма воздействию неблагоприятных факторов [2].

Ускорение ритма жизни и усложнение современного производства с высоким уровнем его механизации и автоматизации определяют значительные нагрузки на организм человека, большое значение таких качеств, как быстрота реакции, скорость принятия решений, собранность, сосредоточенность, внимательность, эмоциональная устойчивость [9].

Потребность в здоровье носит всеобщий характер, она присуща как отдельному индивиду, так и обществу в целом. Внимание к собственному здоровью, способность обеспечить индивидуальную профилактику его нарушений, сознательная ориентация на здоровье – все это показатели общей культуры человека. Здоровье можно определить как гармоничное единство физических, психических и профессиональных функций человека, способствующее оптимальной реализации его возможностей в разнообразных видах трудовой и общественной деятельности. Совершенно четко видится корреляционная взаимосвязь между состоянием здоровья и здоровым стилем жизни [1].

Формирование гармонично развитого, физически крепкого, ведущего здоровый образ жизни семьянина, заботящегося о воспитании последующих поколений, и полезного для общества гражданина – благородная цель, являющаяся одним из важнейших приоритетов государства в отношении будущих специалистов производств. Промедление с ее реализацией грозит серьезными потерями социального и экономического характера [13].

Если каждый выпускник вуза серьезно отнесется к поддержанию своего здоровья и будет использовать индивидуальные программы профилактики и коррекции наиболее распространенных нарушений здоровья в сложных условиях современной жизни, то он сможет наиболее полно реализовывать и раскрывать свой творческий потенциал в профессиональной деятельности, и психологическая цена результатов его труда будет оптимальной [11].

При хорошей тренированности выпускника вуза совершенствуются взаимосвязи различных систем организма, улучшается внутрисистемная регуляция функций, благодаря чему происходит более рациональное распределение крови между слабо и значительно нагруженными мышечными группами, а также более экономное расходование кислорода. Немалое значение в подготовке специалиста имеют самостоятельные занятия как в период обучения в вузе, так и в последующей профессиональной деятельности [8].

Система высшего профессионального образования в РФ является одним из важных элементов воспитания профессионально подготовленной и свободной личности, способной к саморазвитию и обладающей четко осознаваемым чувством собственного достоинства. В настоящее время востребована личность с максимальным развитием всех профессиональных и человеческих качеств: физических, психических, эмоциональных, интеллектуальных и др. Именно интегративные, духовно-физические возможности физической культуры, использование обучающимся и педагогом ее потенциала можно рассматривать как мощный фактор оздоровления, самоопределения и самореализации выпускника в профессиональной деятельности. Возрастание роли высшего образования во всех областях человеческой деятельности требует от преподавателей вузов творческого и ответственного отношения к проблеме подготовки кадров.

Общеввропейская тенденция «учебы через всю жизнь» сформулирована и принята в странах с развитой рыночной экономикой. Поскольку наша страна также вступила на этот путь, подписав Болонское соглашение, в современных условиях необходимо анализировать и использовать в практике российских вузов опыт рыночных отношений других стран. Такие ключевые идеи принципа «учебы через всю жизнь», как «базовые умения для всех», «больше

инвестиций в человеческие ресурсы», ценность образования, переосмысление подходов к воспитанию студенческой молодежи, являются актуальными и для системы высшего образования в России [10; 12].

Современное реформирование системы высшего образования основывается на гуманизации образовательного процесса и повышении роли культуuroобразующих функций. В условиях рыночных отношений система образования страны должна обеспечивать успех выпускнику вуза как в чисто профессиональной области, давая ему основу, фундамент его профессиональной деятельности, так и в социальной сфере, формируя культуру личности и повышая его социальную адаптированность.

В программе вузов по физической культуре одной из задач учебно-воспитательного процесса является формирование физической культуры студента. Она ориентирована на экстенсивный путь – формирование физической культуры личности «широкого профиля» на базе «школы начального освоения» многообразия видов физкультурной деятельности – элементов легкой атлетики, спортивных игр, аэробики, лыжного спорта и др., выступающих при этом в качестве самостоятельных компонентов образовательного процесса по физическому воспитанию [8].

Формирование потребностей студентов в двигательной активности, в становлении личностной культуры, создание мотивационных установок, помощь в выборе форм занятий для полноценной самореализации личности – смысл психофизической подготовки студентов в вузе.

Физическая культура как система представляет собой единство специфических для нее потребностей, отношений и др. Раскрытие этих аспектов в системе физической культуры с позиций гуманистического подхода к формированию личности дает возможность наиболее полно объяснить молодому поколению истинное содержание физической культуры как части общечеловеческой культуры [1].

Практика показывает, что глубоких сдвигов в мотивации и способности выпускников применять осознанные и разумные решения в управлении двигательной деятельностью после окончания вуза в каждом из изучаемых видов физкультурной деятельности за время обучения в вузе не достичь. Это обусловлено ограниченным временем обучения, несовершенством технологии обучения, недостаточным физическим развитием и доминирующим низким уровнем двигательной активности у большинства студентов [3].

В связи с процессами гуманизации нашего общества нужно признать, что личность должна обладать свободой в формировании себя через познание, осмысление культурных ценностей, общение и т. д. А так как личностные качества человека являются определяющими по отношению к развитию двигательных качеств, личность должна обладать свободой выбора двигательной активности сообразно своей мотивации, потребностям (идеальным представлениям).

Необходимо усилить социальную составляющую в формировании физической культуры студентов, улучшить их мотивационно-ценностное отношение к теоретическим и методико-практическим занятиям по физической культуре как фактору социализации личности. Известно, что общественная активность, в том числе и физкультурно-спортивная, во многом определяется структурой духовных интересов и потребностей личности, ее мотивов и ценностных ориентаций, предпочтений и установок. Основной ценностью физической культуры личности студента, определяющей мотивационную направленность, выступает идеал его физического развития, сочетающийся с идеалом профессионального развития и физическим совершенством [4].

Современное реформирование высшего образования в Российской Федерации основывается на гуманизации образовательного процесса и повышении роли культуuroобразующих функций [10]. Для студентов наиболее существенными моментами психофизического воспитания в период обучения в вузе являются дальнейшее повышение уровня физической культуры, формирование устойчивой мотивации к систематическим занятиям физическими упражнениями и спортом.

По силе воздействия на организм человека и особенно подрастающего поколения физическая культура выдвигается на одно из первых мест в современном обществе. Именно физические упражнения из разных видов спорта обладают необходимыми свойствами формирования физического и психического здоровья, личной физической культуры будущих выпускников вузов [6].

Главное в формировании личности с помощью средств физической культуры и спорта заключается в использовании физического воспитания для развития нравственных, патриотических, эстетических свойств, здорового образа жизни, одухотворения физических качеств человека с целью превращения его в творческую личность.

Физические упражнения, оказывая сложное, необычайно сильное и многообразное воздействие на организм, способствуют совершенствованию определенных функций организма, являются самым надежным фактором укрепления здоровья. Ведение здорового образа жизни, отсутствие вредных привычек способствуют творческому долголетию специалистов аграрного сектора экономики [8].

Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов вуза должна тесно увязываться не только с физической культурой, но и с общим процессом обучения и воспитания. Такой подход создает предпосылки для сокращения сроков профессиональной адаптации, повышения мастерства, достижения высоких работоспособности и производительности труда, способствует становлению личности.

Профессиональное развитие выпускника вуза неотделимо от личностного: в основе того и другого лежит принцип саморазвития, детерминирующий способность личности творчески самореализовываться в своей жизнедеятельности [4].

Библиографический список

1. *Бальшевич В. К.* Перспективы развития общей теории и технологий спортивной подготовки и физического воспитания (методологический аспект) // Теория и практика физической культуры. 1999. № 4. 21 с.
2. *Бацявичене Н. М.* Влияние занятий по физической культуре на студентов со слабой физической подготовленностью // Методика физического воспитания в вузе. Вильнюс, 1980. 5 с.
3. *Жолдак В. И.* Методы совершенствования физического воспитания в вузе. М., 1983.
4. *Ильин В. И.* ППФП студентов в вузах. Научно-методологические и организационные основы. М., 1978.
5. *Кружкова Т. И., Руцицкая О. А.* Проблемы качества подготовки бакалавров и магистров в условиях реформирования системы образования // Аграрное образование и наука. 2013. № 1.
6. *Мильнер Е. Г.* Формула жизни. М. : ФиС, 1991.
7. *Миронова Г. Л., Джолиев И. М., Каримов Н. М.* Формирование культуры личности выпускника аграрного университета с использованием средств физической культуры и спорта // Аграрный вестник Урала. 2013. № 9. С. 71–73.

8. *Миронова Г. Л.* Здоровый образ жизни – залог реализации творческого потенциала специалиста // Аграрный вестник Урала. 2014. № 2.
9. *Миронова Г. Л.* Учебный труд студентов. Средства физической культуры в повышении работоспособности. Екатеринбург, 2013.
10. *Миронова Г. Л.* Физическая культура, спорт и туризм как средства подготовки кадров высшей квалификации // Аграрный вестник Урала. 2012. № 10. С. 47–49.
11. *Резанов В. И., Киселев А. И. [и др.]*. Диагностика и регуляция эмоциональных состояний. М. : АН СССР, 1990. С. 170.
12. *Эбботт Э., Эбботт Т., Миронова Г. Л.* Система образования в США: современное состояние // Аграрный вестник Урала. 2013. № 2. С. 37–38.
13. *Abbott E. A., Mironova G. L.* Utilizing patterns of agricultural information-seeking by farmers to monitor and predict future changes in behavior // Аграрный вестник Урала. 2013. № 7. С. 65–66.