

УДК 621. 326

Дудик Б. - СНС -51

*Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя*

## **ОРГАНІЗАЦІЯ І ЗМІСТ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ТЕХНІЧНИХ ВУЗІВ**

Науковий Керівник: доцент Галіздра А.А.

**Актуальність.** Професійно-прикладна фізична підготовка являє собою один з основних напрямів системи фізичного виховання, покликане сформувати фізичні і спеціальні якості, вміння і навички, що сприяють досягненню об'єктивної готовності людини до успішної професійної діяльності.

**Методи дослідження:** аналіз сучасної спеціальної літератури.

**Викладення основного матеріалу.** ППФП проводиться на основі різносторонньої фізичної підготовки, що досягається на академічних парах з фізичного виховання, на тренуваннях у спортивних секціях. ППФП забезпечує фізичну та психологічну готовність до виконання конкретної діяльності.

Професійно важливі якості людини в процесі трудової діяльності в певній мірі вдосконалюються самі собою. Однак ефективність цього процесу істотно підвищується, якщо необхідні якості розвивати цілеспрямовано, використовуючи для цього засоби і методи фізичної підготовки в період, що передує професійного навчання (найкраще) або збігається з ним за часом.

Високий рівень складності сучасної техніки і технологій, підвищення обсягу професійної рухової активності різної інтенсивності передбачає крім всього іншого, ще й відповідну функціональну і фізичну підготовку людини. Будь-яка професійна діяльність пов'язана з виконанням не тільки розумових, але і конкретних рухових завдань, які вирішуються шляхом формування у людини відповідних умінь, навичок і якостей. Вирішувати ці проблеми покликані, в тому числі, і засоби фізичного виховання.

В останнє десятиліття комп'ютеризація охопила практично всі сфери життєдіяльності людини. Звідси зрозумілий інтерес до професій, які пов'язані з обчислювальною технікою й автоматизованими системами. Однак цей вид професійної діяльності передбачає переважно розумова праця, що протікає в умовах малої рухової активності при тривалому збереженні одноманітної статичної пози, що призводить до виникнення умов для підвищеної стомлюваності, зниження працездатності і погіршення самопочуття.

У зв'язку з цим до студентів, які навчаються на спеціальностях інформатики та обчислювальної техніки, пред'являються підвищені вимоги до рівня розвитку окремих фізичних якостей і психофізіологічних властивостей організму, які сприяють більш ефективному виконанню професійної діяльності. В даний час фізичне виховання у вузах здійснюється на основі навчальної програми дисципліни «Фізична культура», яка рекомендована Міністерством освіти України і відповідає Державним освітнім стандартам вищої професійної освіти за відповідними напрямками. Проте її зміст орієнтований, перш за все, на вирішення завдання загальної фізичної та рухової підготовки. Зміст розділу професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) передано для самостійної розробки кафедрам фізичного виховання вузів

**Висновки.** Реформи, що проводяться в сучасній системі вищої освіти в Україні, глибоко торкнулися актуальної проблеми фізичного виховання студентської молоді.