

Міністерство освіти і науки України
Комітет з фізичного виховання і спорту МОН України
Сумська обласна державна адміністрація
Управління молоді та спорту Сумської обласної державної адміністрації
Національний університет фізичного виховання і спорту України
Тартуський університет (Естонія)
Сумський державний університет



**ІННОВАЦІЙНІ ТЕХНОЛОГІЇ В СИСТЕМІ
ПІДВИЩЕННЯ КВАЛІФІКАЦІЇ ФАХІВЦІВ
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ**

ТЕЗИ ДОПОВІДЕЙ
IV МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 13–14 квітня 2017 року)

Суми
Сумський державний університет
2017

НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС, ЯК ЗАСІБ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ ЕКОНОМІЧНОГО ПРОФІЛЮ

Вербицький В. В., ст. викладач
Сумський державний університет
v.verbuskyi@uabs.sumdu.edu.ua

Вступ. У сучасних ринкових умовах все більшої важливості набуває вдосконалення процесів, які впливають на підготовку високопродуктивної особи, яка здатна самостійно приймати власні рішення, підвищувати рівень власної кваліфікації, набувати такі навички та уміння щоб бути конкурентоспроможною на ринку праці. Головне місце в розвитку вище зазначеної особистості відіграє вищий навчальний заклад, а саме рівень впровадження в ньому професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП), яка сприяє підвищенню формування професійно-важливих навичок [1; 2]. Деякі науковці (Л.П. Пилипей і Н.Н. Завидівська, 2013) вважають, що становлення фахівця починається в навчальному закладі і триває протягом усієї професійної діяльності. Продуктивність та успішність майбутньої професійної діяльності студентської молоді, що навчається за економічним профілем, цілком залежить від стану здоров'я, високого рівня фізичної та розумової працездатності, розвиненої координації, здібностей до концентрації та перемикання уваги, розвинених функцій зорового та слухового аналізаторів, здібностей працювати в нервовій напрузі при дефіциті часу. Відомі фахівці вважають, що впровадження в навчальний процес спортивних ігор сприятиме розвитку професійно-важливих якостей майбутніх фахівців економічного профілю [1; 2]. Спортивні ігри характеризуються високою швидкістю, розмаїтістю та несподіваною зміною атакуючих і захисних дій, напруженням тактичної боротьби та емоційної напруги. Не винятком є і настільний теніс, як олімпійський вид спорту, рівень розвитку якого постійно підвищується.

Мета даного дослідження: проаналізувати методикау професійно-прикладної фізичної підготовки студентів економічних спеціальностей з використанням засобів настільного тенісу.

Виклад матеріалу дослідження. . Кожен вид спорту сприяє вдосконаленню певних фізичних і психофізіологічних якостей. І якщо ці якості, вміння і навички, освоюються в ході спортивного вдосконалення, збігаються з професійними, то такі види спорту вважаються пропрофесійно-прикладними. Одним із таких видів спорту є настільний теніс, пропонуємо розглянути його як професійно-прикладний вид спорту для економічних спеціальностей. Його перевагою є розвиток сенсомоторних видів реакції, координації рухів, дрібної моторики м'язів рук і кисті. На сьогодні засоби фізичної культури у формуванні професійно важливих якостей недооцінюються. Окрім того, деякі аспекти фахової підготовки потребують додаткового вивчення, зокрема методика проведення занять з фізичного виховання студентів економічного напрямку навчання. Визначимо основні професіографічні характеристики цього напрямку діяльності: умови праці економістів відбуваються в закритих приміщеннях при штучному освітленні, з обмеженою руховою діяльністю, в статичному положенні, що призводить до зниження працездатності. Робота економіста перш за все пов'язана з комп'ютером, що вимагає необхідність розвитку професійно важливих психофізіологічних якостей, таких як: загальна витривалість, сила, увага, пам'ять, оперативна пам'ять, емоційна стійкість, зорова-моторна реакція. Потрібен також необхідний рівень розвитку загальної, сенсомоторної координації рухів, швидко і точно діяти руками. Найбільше цінується той спеціаліст, котрий в змозі вчасно або раніше, ніж конкуренти прийняти рішення. Настільний теніс прискорює реакцію й до того ж розвиває концентрацію уваги, що є особливо актуально при аналітичній роботі, монотонних завданнях, є певними фізичними вправами для очей – фокусує на м'ячі. Не менш важливою якістю є і розвиток

загальної та спеціальної витривалості після тривалого періоду занять, яка в свою чергу сприятиме легшому перенесенню фізичних навантажень. Настільний теніс окрім фізичних якостей розвиває також і психологічні, такі як: вольові якості, завзятість, наполегливість, сміливість, уміння приймати швидко рішення, цілеспрямованість до поставленої мети. Велике значення для ППФП має підбір фізичних вправ з видів спорту, ефективними прийомами підбору є порівняння вимог, які пред'являються до фізичної і психофізіологічної підготовки фахівців фізичними вправами видів спорту, з вимогами, що пропонуються виконанням виробничої діяльності до цієї підготовки. Аналіз літературних джерел цього напрямку дозволив нам визначити ефективність впливу занять настільним тенісом на фізичне та психологічне здоров'я студента, також що вони приносять позитивний ефект і він є сприятливим для студентів економічних спеціальностей.

Висновки. Отже, необхідність цілеспрямованої фізичної підготовки студентів до виконання майбутньої професії призвела до виникнення ППФП, яка ставить за мету підготовку особистості до успішного оволодіння професією та оптимального функціонування його організму в процесі трудової діяльності. Підбір засобів ППФП повинен здійснюватися з урахуванням специфіки майбутньої професійної діяльності.

Література

1. Завидівська Н. Н. Професіограми та їх значення у процесі психофізичної підготовки студентів вищих навчальних закладів економічного профілю / Н. Н. Завидівська // Матеріали І-го міжвузівського студентського наук.-практ. семінару. – Львів, 2008. – С. 67.

2. Пилипей Л. П. Фізичне виховання: професійно-прикладна фізична підготовка студентів у ВНЗ : навч.-метод. посіб. / Л. П. Пилипей. – Суми : ДВНЗ «УАБС НБУ», 2013. – 156 с.