

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
VI МІЖНАРОДНОЇ НАУКОВО-МЕТОДИЧНОЇ КОНФЕРЕНЦІЇ
(Україна, Суми, 18–19 квітня 2019 року)

Суми
Сумський державний університет
2019

ПРОФЕСІЙНА ПСИХОФІЗИЧНА ПІДГОТОВКА СТУДЕНТІВ ФАКУЛЬТЕТУ ТЕСЕТ ІНЖЕНЕРНОЇ СПЕЦІАЛІЗАЦІЇ

Малигін А. А., ст. викл., Мартим'янов В. С. студ.
Сумський державний університет
vadim5454654@ukr.net

Вступ. Психофізична підготовка студентів включає комплекс вправ які тренують не тільки фізичні, але й психологічні характеристики студентів. Свій вагомий вклад у вирішення завдань психологічної і фізичної підготовки майбутніх інженерів може внести й така навчальна дисципліна як фізичне виховання [1].

Мета. Дослідження фізичних та психологічних характеристик студента, правильний підхід до фізичної підготовки. Забезпечити фізичну готовність майбутнього інженера.

Виклад матеріалу дослідження. У психофізичній дисципліні розрізняють кілька типів мислення між студентами та викладачами:

- оглядово-дійове вирішення складностей шляхом прийняття складних рішень за допомогою правильної психічно-фізичної підготовки яку отримують студенти на заняттях фізкультури;
- словесно-логічне правильність вказівок які допомагають студенту не тільки зорієнтуватись в своїх діях, але й знайти логічне вирішення заданої йому задачі;
- психічно-зорове здатність студента не тільки бачити перед собою якусь проблему, але й знайти психологічну вказівку яка допоможе у вірності вирішення.

Наукові дослідження багатьох університетів світу вказують, що психофізична підготовка являється високою ланкою у подальшому житті студента. Для ряду інженерних професій характерні тривалі динамічні та статистичні навантаження висока координація в діях, спритність рухів, точність рухових дій, кистей та пальців рук, потрібно мати досить високий рівень психофізичної підготовки. Головною метою є функція

уваги та пам'яті функціональна рухливість нервової та м'язової тканини.

Також методика професійно-прикладної психофізичної підготовки студентів базується на постійному втіленні загально педагогічних принципів методики фізичного виховання. Не менш важливими є психофізичні навантаження які тренують здатність протидіяти психічному навантаженню яке дає збій у самопочутті й дієздатності майбутнього інженера. У психофізичній підготовці потрібно дотримуватися найголовнішого правила послідовність збільшення навантажень під час тренування, і тільки в тому ступені підготовки яка потрібна не тільки до конкретно професійно-трудових спеціалізацій але й для підняття можливих функцій організму студента.

Відомо що результативність видів професійної діяльності залежить від спеціально фізичної підготовки. Адже чим більші вимоги тим кращі психофізичні характеристики інженера, і формування функціональної стійкості організму до умов цієї діяльності. Психофізична підготовка повинна формуватися впродовж дня починаючи з ранку у вигляді зарядки, прогулянки на свіжому повітрі та певної фізичної навантаження під час виконання будь-яких видів навантажень. Не менш важливим фактором у психофізичній підготовці студента є формування певних умов.

Висновок. Принципово модельне відтворення в процесі професійно прикладної психофізичної підготовки впливає у вимозі забезпечити вірне і згруповане моделювання спеціальних вправ запропонованих подальшою професійною діяльністю до функціональних можливостей організму студента з поступовим вимогам до відбору фізичних вправ.

Література

1. Приходько В. В., Самойлов М. Г., Шабанова Ю. О. Фізична культура і психофізичний тренінг студентів: від теорії до практики: навч. посіб. Дніпро: НГУ, 2014. 275 с.