

**АСПЕКТЫ ФОРМИРОВАНИЯ ГОТОВНОСТИ  
К ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
СТУДЕНТОВ ВУЗОВ**

**ASPECTS OF FORMATION OF READINESS  
FOR PROFESSIONAL ACTIVITY OF STUDENTS**

Д.В. ВИКТОРОВ, В.Ю. ЦЕЛИЩЕВ  
D.V. VIKTOROV, V.U. TSELISHEV

Южно-Уральский государственный университет (НИУ)  
Челябинск, Россия

Южно-Уральский государственный институт искусств  
им. П.И. Чайковского  
Челябинск, Россия

Южно-Уральский государственный медицинский университет  
Челябинск, Россия

South Ural State University (National Research University)  
Chelyabinsk, Russia

South Ural State Institute of Arts P. I. Tchaikovsky  
Cheliabinsk, Russia

South Ural State Medical University  
Cheliabinsk, Russia

*e-mail: viktorovdv@yandex.ru*

---

В профессионально-прикладном физкультурном образовании находит свое специфическое выражение принцип органической связи физического воспитания с трудовой деятельностью, а актуальным педагогическим фактором конкурентоспособности на рынке труда выступает формирование готовности к трудовой деятельности на этапе профессиональной подготовки в образовательном процессе вуза. Прикладное физкультурное образование – физическая культура профессиональной направленности, предполагающая организацию непрерывной прикладной физической подготовки независимо от факторов и условий выбранной профессиональной деятельности, тем самым исключая выбор приоритета в использовании средств физической культуры при формировании готовности к профессиональной деятельности.

*Ключевые слова:* профессиональная адаптация, готовность, вуз, студенты, физическая культура.

The principle of organic connection of physical education with labor activity finds its specific expression in the professional and applied physical education, and the actual pedagogical factor of competitiveness in the labor market is the formation of readiness for labor activity at the stage of professional training in

the educational process of the University. Applied physical education – physical culture of professional orientation, involving the organization of continuous applied physical training regardless of the factors and conditions of the chosen professional activity, thereby eliminating the choice of priority in the use of physical culture in the formation of readiness for professional activity.

*Keywords:* professional adaptation, readiness, University, students, physical education.

---

Несмотря на широкий ряд имеющихся исследований о положительном влиянии организации физкультурного образования в образовательных учреждениях [2, 3] в науке слабо разработаны концепции, технологии и методики, акцентирующие внимание на результате физической подготовки, применительно к широкому спектру профессиональной деятельности, определяющих продуктивность в рамках многих профессий.

В деятельности процесс профессиональной адаптации выступает связующим звеном в поддержании оптимального соотношения изменяющихся внешних условий при относительной стабильности выполняемых функций, обеспечивая единый, комплексный процесс взаимосвязи личности и профессии [1].

В достижении указанной цели решающее значение имеет прикладное физкультурное образование (ПФО), педагогический процесс профессионально-прикладной физической подготовки, в ходе которого у студентов в достаточной степени обеспечивается увеличение диапазона адаптационных возможностей организма, формирования профессионально важных качеств, и, как следствие, формирования профессиональной адаптации.

Вопросы организации и подготовки специалистов с учетом профиля выбранных профессий не являются принципиально новым направлением в отечественной теории и методике физического воспитания. Однако специфика ПФО в том, что оно не замыкается в рамках какой-либо отдельной отрасли науки, а получает распространение во всех или многих её сферах для обозначения конкретизации общих методологических положений, содержательного аспекта обоснования факторов, самопознания себя через процесс профессионального образования.

Задача вуза – обеспечить надежность будущих специалистов в избранном виде профессионального труда. Однако в условиях укрупнения университетов, увеличения специальностей выделить наиболее значимые физические способности, двигательные умения и навыки, психические характеристики и личностные качества, обеспечивающие результативность разнообразной профессиональной деятельности достаточно сложно [4].

С другой стороны – преподаватели не владеют в достаточной степени необходимым уровнем узконаправленных знаний, нужных для понимания сущности процессов, происходящих в организме при профессиональной деятельности, проявляют необоснованную пассивность и инертность в прикладной работе, что существенным образом отражается на функциональной подготовленности и, в итоге, на процесс адаптации человека к изменяющимся условиям его жизнедеятельности.

Данные о традиционной профессионально-прикладной подготовке студентов ЮУрГУ, ЮУрГМУ и ЮУрГИИ позволяют сделать предположение о том, что это направление физического воспитания направлено в большей степени на общее физическое развитие и в меньшей степени на профессиональную адаптацию к выполнению будущей профессиональной деятельности. Интерпретируя результаты можно сказать, что прямой зависимости между ростом показателей физической подготовленности и профессиональной адаптацией не наблюдается. Физическая подготовка лишь создаёт определённые предпосылки для успешной профессиональной деятельности, опосредованно проявляясь через физические, но не через профессиональные качества.

В исследовании принимали участие студенты ЮУрГУ (НИУ) (ЭГ) – 39 человек, студенты ЮУрГМУ (34 человека) и студенты ЮУрГИИ им. П.И. Чайковского (КГ) – 31 человек.

В ЮУрГМУ, в процессе физического воспитания, педагоги, работающие со студентами, обогащают традиционное содержание лекционным курсом, включённым в повседневный педагогический процесс. Значение теоретических занятий велико, так как в ряде случаев это единственный путь для изложения студентам необходимых профессионально-прикладных знаний, связанных с использованием средств физической культуры и спорта.

Составной частью методики физического воспитания в ЮУрГИИ им. П.И. Чайковского является получение студентами возможности, с помощью оперативной мониторинговой информации, составлять алгоритм действий по коррекции и/или совершенствованию профессионально важных физических качеств, эффективно осознавать конечные цели своей деятельности, воплощенные в реальные планы и ориентированность на конкретный результат. Это способствует исключению из практического раздела прикладной физической подготовки, способной вызвать перенапряжение организма или приводящие к максимальным и близким к ним напряжениям сердечно-сосудистой, дыхательной систем и опорно-двигательного аппарата.

Прикладное физкультурное образование в ЮУрГУ включало следующие последовательные взаимосвязанные этапы, в виде последовательной организации учебного процесса при двухразовых занятиях в неделю, позволяющие сократить период адаптации к физическим нагрузкам и повысить двигательную подготовленность: первый этап – концептуальный – создание у личности в процессе общей физической подготовки воспитанности и обученности, формирующейся в процессе лекций, бесед, проблемного изложения материала и т.п., второй этап – познавательный – актуализация в профессионально-прикладной физической подготовки студентов возможностей организма, индивидуальных особенностей и использование этих знаний в профессиональной деятельности под руководством преподавателя, третий этап – результативно-проектировочный – самостоятельное выполнение деятельности в избранном виде физических упражнений, которая может корректироваться, уточняться, модифицироваться и даже полностью изменяться, проявление готовности и способности решать практические ситуации на основе собственной ценностной позиции, учитывая вероятные и желаемые изменения.

«Привязка» этапов к семестрам обусловлена распределением содержания учебного материала и видов учебной деятельности, которые во многом предполагают соответствующую позицию обучаемого, но не определяют ее, т. е. эти внешние условия не задают позицию студента жестко, не являются для всех одинаковыми. Вместе с тем, они справедливы для большинства студентов вне зависимости от факторов прикладного физкультурного образования, на каждом из этапов происходят конкретные преобразования в физических качествах студентов, на каждом этапе физическая культура оказывает разностороннее ориентированное воздействие на личность, чем достигаются наиболее полные результаты.

На каждом этапе 1, 3, 5 семестров в содержательную часть включались виды лёгкой атлетики циклического и ациклического характера, поскольку легкоатлетические упражнения являются основополагающими в жизнедеятельности человека, способствуют разностороннему развитию физических способностей и профессионально важных качеств. Прикладность проявляется, прежде всего, в совершенствовании адаптационных механизмов организма к физическим нагрузкам различной интенсивности и внешним условиям среды.

Включение во 2, 4, 6 этапы физических упражнений из различных профессионально-прикладных видов спорта, подвижных и спортивных игр, обуславливалось диагнозом и состоянием здоровья. Главной прикладной задачей является формирование физической работоспособности при выполнении значительного объема физической нагрузки.

Поскольку профессиональная адаптация неразрывно связана с физической культурой личности, позволяющей судить о качестве процесса становления специалиста, невозможно найти критерий, который интегральным образом позволил бы измерить эту совокупность. Поэтому целесообразно в роли критериев использовать показатели, подразумевающие приспособительное совершенствование функциональных возможностей организма соответствующие физической подготовленности студентов: адаптируемость, восстанавливаемость, развиваемость.

Адаптируемость – процесс направленной адаптации организма к тренировочным воздействиям.

Восстанавливаемость – свойство организма, происходящее после прекращения работы и заключающееся в постепенном переходе физиологических и биохимических функций к исходному состоянию. Это, прежде всего, время, в течение которого происходит восстанавливаемость после выполнения определенной работы.

Развиваемость – качественное состояние организма человека, которое выступает как возможное хаотичное изменение его состава или структуры (т.е. возникновение, трансформация или исчезновение его элементов или связей) в сферах сердечно-сосудистой системы и системы дыхания, в статической и динамической работах.

Показатель адаптируемости определялся по индексу Руфье; показателем восстанавливаемости является пульс и АД (проба Мартине-Кушелевского); развиваемость тестировалась по трёхэтапной задержке дыхания (проба Серкина). Все перечисленные критерии обуславливают стабильность (устойчивость) функционирования физиологических систем и всего организма в целом в течение того периода времени, которое нужно для эффективного выполнения профессиональной деятельности.

Фиксируя результаты изменений показателей критериев профессиональной адаптации по каждому студенту до и после эксперимента, можно обосновать, что уровни профессиональной адаптации в ЮУрГМУ и ЮУрГИИ им. П.И. Чайковского достоверно не отличаются между собой, а в ЮУрГУ достоверные отличия зафиксированы по всем показателям ( $p < 0,05$ ).

**Выводы.** На основе анализа реальной практики установлено, что профессиональная адаптация организма студентов ЮУрГУ является одним из условия не только дифференцирования нагрузки, но и её оптимизации. Таким механизмом является прикладное физкультурное образование, представляющее собой педагогическую систему, объединения не способом присвоения готовых образцов прикладных педагогических практик, необходимых в трудовой деятельности, а созданием нового уни-

версального знания как личного образовательного продукта, открывающего инновационный путь применения концептуальной модели, педагогических условий, технологий их реализации в процессе формирования профессиональной адаптации будущих специалистов к профессиональной деятельности.

ПФО не противопоставляется физическому воспитанию, одновременно служа средством всесторонней физической подготовки и наоборот, проходит параллельно ему на протяжении всего срока обучения, но удельный вес той или другой подготовки может меняться в зависимости от характера состояния здоровья студентов как на протяжении определенного периода, так и в каждом отдельном занятии.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Викторов, Д.В. Формирование готовности к профессиональной деятельности студентов ЮУрГУ / Д.В. Викторов // Человек, здоровье, физическая культура и спорт в изменяющемся мире: XXVII Международная научно-практическая конференция по проблемам физического воспитания учащихся / Московский государственный областной социально-гуманитарный институт. – Коломна: МГОСГИ, 2017. – С. 327-330.
2. Коровин, С.С. Теория и методика формирования физической культуры личности / С.С. Коровин. – Оренбург: Изд-во ОГПУ, 2005. – 72 с.
3. Раевский, Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов: учеб. для студентов высш. учеб. заведений / Р.Т. Раевский. – М.: Высш. шк., 1985.
4. Сергеева, О.Н. Формирование психофизической готовности к профессиональной деятельности будущих специалистов по организации и безопасности движения средствами физической культуры и спорта в вузе: дис. ... канд. пед. наук / О.Н. Сергеева. – Йошкар-Ола, 2012. – 262 с.