

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ МУЗИЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Петро Маринчук

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

Постановка проблеми. Оволодіння професією в умовах сучасного суспільства - важливий і складний процес, який необхідно розглядати, виходячи з соціальних вимог. Фізичне виховання студентів музичних спеціальностей – процес формування загальної та професійної культури особистості сучасного спеціаліста. В музичних навчальних закладах фахова діяльність викладача фізичного виховання пов'язана, з одного боку, з тим, щоб не допустити негативних впливів фізичних вправ на професіоналізм студентів, з іншого - надати позитивний вплив на функціональний стан організму, дати їм теоретичні знання та практичні навички в галузі фізичної культури і спорту [1, 2].

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз спеціальної літератури свідчить про значущість проблеми фізичного виховання у навчальних закладах культури і мистецтв, а саме проведення занять фізичної культури з музикантами, співаками, акторами [2, 4].

Фізичне виховання повинно здійснюватися з урахуванням професійних особливостей майбутніх фахівців. Професійна підготовленість передбачає не тільки знання своєї справи, а й постійний розвиток здібностей. Такими здібностями в галузі культури є комплекс духовних і фізичних якостей. Ось чому кожен студент повинен завчасно і активно готуватися до обраної професії, цілеспрямовано розвивати ті фізичні і психічні якості, які визначають психофізичну надійність і успіх в його майбутній професійній діяльності.

На сучасному рівні фахівці відмічають, що програма з фізичного виховання для студентів музичних спеціальностей повинна враховувати фізіологічні характеристики, фактори, які визначають зміст окремих видів праці студентів, робочу позу, рухові можливості, положення рук, ніг, тулуба і голови, а також високе нервово-психічне навантаження, з яким пов'язана дана професійна діяльність. Навчальна діяльність студентів музичних спеціальностей потребує диференційованого підходу до вирішення педагогічних завдань, що пов'язані зі специфікою професії [1, 2, 4]. Проблема професійно спрямованої фізичної підготовки є найбільш актуальною саме в музичних навчальних закладах.

Мета дослідження – охарактеризувати професійну діяльність студентів музичних спеціальностей.

Методи дослідження: аналіз і узагальнення даних літературних джерел.

Виклад основного матеріалу. Навчальні заклади культури і мистецтв готують фахівців, професійна діяльність яких вимагає певного розвитку фізичних якостей і його функціонального стану. Але кожна професія зумовлює свій рівень розвитку психофізичних якостей, свій перелік професійно-прикладних умінь і навичок. У теорії та практиці фізичного виховання така спеціальна підготовка отримала назву професійно-прикладної фізичної підготовки.

Аналіз теоретичних досліджень багатьох авторів дозволив встановити, що діяльність працівників культури вимагає великого нервово-емоційного напруження, підвищеної уваги до стану здоров'я, фізичної працездатності і фізичної підготовленості. Професійна діяльність музикантів характеризується показниками психомоторних якостей, пов'язаних з зорово-моторною та слуховою реакціями, необхідними є координаційні зв'язки і розвинений нервово-м'язовий апарат, виражена рухливість нервових процесів.

Професійна діяльність співака, музиканта, диригента-хоровика, має шкідливі для організму наслідки:

I. НАУКОВИЙ НАПРЯМ

- велике нервово-емоційне напруження у поєднанні з гіподинамією сприяє виникненню функціональних змін, що виражаються в погіршенні роботи серця, склеротичних змінах судин, появі гіпотонії і виникненні неврозів;

- формування стійкої робочої домінанти, здатне викликати перевантаження і виснаження нервових центрів і клітин, що призводить до втрати сну, апетиту, головного болю, поганого настрою, появі спалахів дратівливості;

- тривале багатогодинне перебування у положенні сидючи або стоячи викликає застійні явища судин з наступним порушенням рухової та серцево-судинної функцій, зниження м'язового тонуусу і погіршення постави.

Професійна діяльність студентів музичних спеціальностей відноситься до найбільш складних, напружених і відповідальних. У зв'язку з цим професійна праця музиканта пред'являє широкий спектр вимог до процесу навчання в навчальному закладі, самовдосконалення, самопізнання і саморозвитку якостей особистості.

Фізичне виховання для студентів духових відділень, хоровиків, вокалістів базується на основі глибоких знань механізму дихання, структури дихального апарату. Наукові праці музикантів-педагогів свідчать про особливу важливість функцій зовнішнього дихання (вдиху і видиху) при їх виконавській діяльності. Крім того, необхідно використовувати отримані знання у виборі фізичних і дихальних вправ у процесі підготовки до виконання тієї чи іншої музичної партії, враховуючи її емоційність.

У студентів народних інструментів, піаністів і струнників спостерігається інша м'язова робота. Їх рухова робоча діяльність вимагає концентрації і стійкості уваги, координації рухів і м'язових зусиль, уміння розслабляти м'язи, високої точності і реакції на об'єкт, великої рухливості нервових процесів, які необхідно розвивати на заняттях з фізичного виховання при виконанні студентами відповідних фізичних вправ, що сприяють розвитку необхідних якостей.

Вивчення літературних джерел показало, що серед принципів реалізації процесу фізичної підготовки студентів музичних спеціальностей виділяються наступні:

- уникати тих вправ і режимів їх виконання, які перевантажують функції систем, пов'язаних з виконавською діяльністю, викликають спазматичні, судомні стани;

- регулярно використовувати чергування на заняттях фізичних вправ з вправами на розслаблення;

- у ході навчального процесу повинні вирішуватися поряд із завданнями спеціальної фізичної підготовки і завдання загальної фізичної підготовки;

- необхідно враховувати специфіку студента-музиканта, який звик до індивідуального підходу при заняттях за фахом;

- активно використовувати консультативну форму педагогічної діяльності викладача фізичної культури.

Найбільшу ефективність комплексних занять для студентів музичних спеціальностей можна отримати, якщо включити спортивні ігри, легкоатлетичні вправи, різні види гімнастики, вправи з комплексним тренуванням основних фізичних якостей і рухових навичок.

Основними завданнями спеціальної підготовки студентів є: зміцнення здоров'я, профілактика професійних захворювань, набуття необхідних навичок і розвиток професійно значущих фізичних і психомоторних якостей фахівця. Для вирішення поставлених завдань повинні використовуватися засоби фізичного виховання, підібрані відповідно до специфіки майбутньої професійної діяльності студента.

На заняттях з фізичної культури необхідно застосовувати вправи, що зміцнюють м'язи зорового аналізатора, спрямовані на удосконалення концентрації уваги, мислення, довготривалу і оперативну пам'ять, емоційну стійкість, поліпшення мозкового кровообігу.

Висновок. У процесі фізичного виховання студентів музичних спеціальностей необхідно приділяти увагу розвитку професійно значущих фізичних і психофізіологічних показників, що безпосередньо впливають на успішність фахової підготовки.

ЛІТЕРАТУРА

1. Астахов А.М. Физическая подготовка студентов вузов культуры: Учеб. пособие / А.М. Астахов. - М.: МГИК, 1992. - 117 с.
2. Батурина В.Г. Физическое воспитание студентов-пианистов: Автореф. канд. дисс. / В.Г. Батурина.-Л., 1972.-18с.
3. Ильинич В.И. Физическая культура студента: Учебник. / В.И. Ильинич. - М.: Гордарики, 1999. - 447 с.
4. Кабачков В.А. Профессиональная физическая культура и формирование личности: Монография. / В.А. Кабачков. - Оренбург: ОГПУ, 1998.
5. Юмашева П.Н. Особенности профессионально-прикладной физической подготовки студентов музыкальных вузов различных специальностей / П.Н. Юмашева. // Физическое воспитание студентов творческих специальностей: ст. науч.тр.- Харьков, ХГАДИ (ХХПИ), 2002, №2. – С.82-86

АНОТАЦІЇ

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ МУЗИЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Петро Маринчук

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

У статті розглядаються особливості професійно-прикладної фізичної підготовки студентів музичних спеціальностей.

Ключові слова: професійно-прикладна підготовка, фізична підготовка, музиканти, співаки, професіоналізм, фахова діяльність.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ МУЗИЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Петро Маринчук

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

У статті розглядаються особливості професійно-прикладної фізичної підготовки студентів музичних спеціальностей.

Ключові слова: професійно-прикладна підготовка, фізична підготовка, музиканти, співаки, професіоналізм, фахова діяльність.

ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ МУЗИЧНИХ СПЕЦІАЛЬНОСТЕЙ

Петро Маринчук

Вінницький державний педагогічний університет імені Михайла Коцюбинського

У статті розглядаються особливості професійно-прикладної фізичної підготовки студентів музичних спеціальностей.

Ключові слова: професійно-прикладна підготовка, фізична підготовка, музиканти, співаки, професіоналізм, фахова діяльність.

РІВЕНЬ ІНТЕРЕСУ СТУДЕНТІВ ДО ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ І СПОРТУ

Світлана Марчук

Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника

Постановка проблеми. На кожному етапі розвитку суспільства формується коло першочергових проблем, що мають бути вирішені фундаментальною наукою у зв'язку з новими, чи такими, що стали особливо важливими потребами практики. Однією з таких проблем для сучасного фізичного виховання є створення базових