

Подальші дослідження будуть присвячені розробці програми фізичної реабілітації даного контингенту.

Висновки.

1. Прогресуванню остеоартриту кульшового та колінного суглобів сприяє комплекс факторів ризику, серед яких домінують надлишкова маса тіла, гіподинамія, остеопенія, що негативно відображається на клінічній симптоматиці захворювань та функціональному стані суглобів.

2. Одержані результати дозволяють стверджувати, що своєрідним індикатором ризику прогресування коксартрозу слід вважати остеодефіцит та зниження міцності кісткової тканини, які більш за все відповідальні за розлади функціональної активності кульшового суглоба, зростанням кількості загострень протягом року та наростанням обмеженості його рухливості.

Література

1. Алексеенко С. Н. Профилактика заболеваний / С. Н. Алексеенко, Е.В. Дробот – М.: Академия Естествознания, 2015. – 245 с.
2. Зайцева Е. М. Причины боли при остеоартрозе и факторы прогрессирования заболевания (обзор литературы)/Е. М. Зайцева, Л. И. Алексеева // Научно-практическая ревматология. –2011.– № 1.– С. 50–57.
3. Коваленко В. М. Ревматичні захворювання в Україні: стан проблеми та шляхи вирішення / В. М. Коваленко // Український ревматологічний журнал. – 2012. – № 3 (49). – С. 84-86.
4. Брагина С. В. Структура стойкой утраты трудоспособности у пациентов с гонартрозом/ С. В. Брагина, Р. П. Матвеев// Гений ортопедии. – 2011. – № 4. – С.101-105.
5. Попова Л. А. Коксартроз в структуре заболеваний опорно-двигательной системы: современный взгляд на этиологию, патогенез и методы лечения / Л. А. Попова, Н. В. Сазонова, Е.А. Волокитина // Гений ортопедии. – 2006. – № 4. – С. 91-98.
6. Bruyere O. An algorithm recommendation for the management of knee osteoarthritis in Europe and internationally: A report from a task force of the European Society for Clinical and Economic Aspects of Osteoporosis and Osteoarthritis (ESCEO) / O. Bruyere, C. Cooper, J.P. Pelletier [et al.] // Semin. Arthritis Rheum. – 2014. – Vol. 44 (3). – P. 253–263.
7. de Klerk B. M. No clear association between female hormonal aspects and osteoarthritis of the hand, hip and knee: a systematic review / B. M. de Klerk, D. Schiphof, F. P. Groeneveld, B. W. Koes [et al.] // Rheumatology (Oxford). –2009. – Vol. 48(9). – P. 1160-1165.
8. Gandek B. Measurement properties of the Western Ontario and McMaster Universities Osteoarthritis Index: a systematic review. Arthritis Care Res (Hoboken). – 2015. – Vol. 67(2) – P. 216-229.
9. Global Economic and Health Care Burden of Musculoskeletal Disease, 2001. – World Health Organization. – Режим доступу до джерела : www.boneandjointdecade.org
10. IPAQ Core Group. Guidelines for data processing and analysis of IPAQ – short and long forms – 2005. – Режим доступу до джерела : <http://www.ipaq.ki.se/scoring.pdf>
11. Klokker L. The concept of physical limitations in knee osteoarthritis: as viewed by patients and health professionals / L. Klokker, R. Osborne, E. E. Wæhrens, O. Norgaard [et al.] // Qual. Life Res. – 2015. – Vol. 24(10). – P. 2423-2432.
12. Malfait A. M. Osteoarthritis year in review 2015: biology / A. M. Malfait //Osteoarthritis Cartilage. – 2016. – Vol. 24(1). – P. 21-26.
13. Musumeci G. Osteoarthritis in the XXIst century: risk factors and behaviours that influence disease onset and progression / G. Musumeci, F. C. Aiello, M. A. Szychlinska, M. Di Rosa, P. Castrogiovanni, A. Mobasher / Int. J. Mol. Sci. – 2015. – Vol. 16(3). – P. 6093-6112.
14. Sartori-Cintra A. R. Obesity versus osteoarthritis: beyond the mechanical overload / A. R. Sartori-Cintra, P., D. E. Aikawa // Cintra Einstein (Sao Paulo). – 2014. – Vol.12(3). – P. 374-379.
15. Thijssen E. Obesity and osteoarthritis, more than just wear and tear: pivotal roles for inflamed adipose tissue and dyslipidaemia in obesity-induced osteoarthritis / E. Thijssen, A. van Caam, P M. van der Kraan // Rheumatology (Oxford). – 2015. – Vol. 54(4). – P. 588-600.
16. Walsh N. E. Standards of care for acute and chronic musculoskeletal pain: the Bone and Joint Decade (2000-2010) / N. E. Walsh, P. Brooks, J. M. Hazes, R.M. Walsh, K. Dreinhofer, A.D. Woolf, K. Akesson, L. Lidgren//Arch Phys. Med. Rehabil. – 2008. – Vol. 89. – P. 1830-1845.
17. Stiebel M. Post-traumatic knee osteoarthritis in the young patient: therapeutic dilemmas and emerging technologies / M. Stiebel, L. E. Miller, J. E. Block // Open Access Journal of Sports Medicine. – 2014. – № 5. – P. 73-79.

Бабич Т.М.

ГВУЗ «Приазовский государственный технический университет»

ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА В ПАТРИОТИЧЕСКОМ ВОСПИТАНИИ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

В статье рассмотрены вопросы значимости физической культуры в жизни студентов, раскрыта общая характеристика использования прикладных средств физической культуры в патриотическом воспитании молодежи.

Освещены вопросы методики организационно-методических аспектов прикладной физической культуры, ее содержание по теоретическим и практическим аспектам, основные положения организации физического воспитания в вузе.

Статья содержит педагогическую модель формирования патриотического воспитания молодежи на освоение соответствующей прикладной специальности для обеспечения работоспособности при выполнении функциональных обязанностей и подготовки студенческой молодежи к службе в ВС Украины.

Ключевые слова: прикладная физическая культура, патриотическое воспитание, студенты, занятия, мотивация.

Бабич Т.М. Прикладна фізична культура у патріотичному вихованні студентської молоді. У статті розглянуто питання значущості фізичної культури у житті студентів, розкрито загальну характеристику використання прикладних засобів фізичної культури у патріотичному вихованні молоді. Висвітлено питання методики організаційно-методичних аспектів прикладної фізичної культури, її зміст з теоретичних і практичних аспектів, основні положення організації фізичного виховання у вузі.

Стаття містить педагогічну модель формування патріотичного виховання молоді на освоєння відповідної прикладної спеціальності для забезпечення працездатності при виконанні функціональних обов'язків та підготовки студентської молоді до служби в ЗС України.

Ключові слова: прикладна фізична культура, патріотичне виховання, студенти, заняття, мотивація.

Babich T. Applied physical training in the patriotic education of students. The article discusses the importance of physical culture in the students' life, revealed a general description of the use of the application of physical culture in the patriotic education of youth in the general cycle of humanitarian and socio-economic disciplines.

The questions of methodology of organizational and methodological aspects of the application of physical culture, its content in theoretical and practical aspects of the main provisions of the organization of physical education in high school, which will allow in the Ukrainian society to solve the most acute problems of education of students. It provides for the development of the system of scientific and practical knowledge and expertise needed to understand the functioning of the social processes of physical culture, their ability to adaptively and creatively used in the personal and professional development, self-improvement, organizing healthy lifestyle. This article contains a pedagogical model of patriotic education of youth, targeted at developing each student's positive motivation for military service in the Armed Forces of Ukraine and the decent performance of military duty, provides students with the opportunity to realize their most important needs, interests, taking into account the forces and means at the disposal of this society.

The revival of patriotism can achieve the solution of various problems, including through the physical training of youth and the need for the formation of a healthy lifestyle.

Methodically properly compiled classes APP improve such valuable professional moral and psychological qualities of the individual, as initiative and persistence in achieving goals, self-confidence and diligence, courage and determination, self-control and self-control in all situations.

Implementation of the application of physical training in high school contributes to the effective development of patriotic consciousness of the students.

Keywords: applied physical culture, patriotic education, students, class, motivation.

Постановка проблемы. Главный итог работы вуза – это выпускник-специалист, патриот, будущий защитник Родины!

В последние годы возникла острая потребность в возрождении патриотических настроений в Украине, в частности, молодежи, и выстраивании соответствующей государственной политики.

Молодежные проблемы – это не только проблемы самой молодежи, но и проблемы всего общества, если оно заинтересовано в своем настоящем и будущем. Через успешное решение социальных проблем вступающих в жизнь поколений страны выходят на новый уровень развития цивилизации и социального прогресса.

Возрождение патриотических чувств можно добиться решением разных задач, в том числе и через физическую культуру молодежи и формирование потребности в здоровом образе жизни.

Важнейшим направлением государственной политики в социальной сфере, в том числе в области физической культуры и спорта, является восстановление системы воспитания как полноценно действующего государственно-общественного института. На современном этапе развития страны в условиях качественного преобразования всех сторон жизни общества возрастают требования к физической подготовленности граждан необходимой для успешной трудовой деятельности и защиты Родины.

Использование прикладных средств физической культуры в патриотическом воспитании молодежи одно из важнейших направлений государственной политики в системе физической культуры и спорта позволит выработать стратегию развития сферы физической культуры и спорта в целом, выстраивать информационную политику в направлении формирования гражданского сознания.

Анализ исследований и публикаций. В результате проведенных исследований определено содержание прикладной физической культуры в патриотическом воспитании студенческой молодежи вуза включающее развитие необходимых физических качеств, прикладных и военно-прикладных навыков, формирование психологической готовности к воинской службе.

Прикладная физическая культура активно участвует в формировании мировоззрения и культуры личности, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе. Также она обладает способностью использовать разнообразные формы физической культуры и спорта для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни, и эффективной профессиональной деятельности.

В настоящее время ситуация в сфере подготовки молодёжи характеризуется рядом негативных факторов. К основным из них можно отнести следующие: снижение показателей состояния здоровья и физического развития большей части студентов, слабая система подготовки к службе в армии, недостаточные объёмы спортивной подготовки, отсутствие скоординированной программы патриотического и прикладного воспитания, недостаточное развитие военно-прикладных и технических видов спорта [1].

В связи с вышеуказанным можно констатировать наличие проблемы по актуализации и поиска альтернативных

форм и технологий подготовки патриотического воспитания в процессе физического воспитания студентов вуза, формированию профессионально значимых качеств, умений и готовности к их активному проявлению в различных сферах жизни общества, в том числе и к службе в армии. Для эффективного решения задач физической подготовки упражнения применяются в соответствии с их направленностью на развитие и поддержание на требуемом уровне физических и специальных качеств, прикладных навыков [2].

Возникает необходимость поиска и разработки альтернативных педагогических условий подготовки патриотического воспитания студентов в вузах, где нет военных кафедр. Необходимость скоординировать подготовку студентов вуза к службе в армии в рамках учебного процесса по дисциплине «Физическое воспитание» есть актуальная альтернатива на данный переходный период времени, пока государство не представит более продуктивную систему подготовки студенческой молодежи к службе в ВС [3,4].

Цель исследования:

- определить особенности патриотического воспитания с использованием средств физической культуры;
- рекомендовать содержание прикладной физической культуры в патриотическом воспитании молодежи для студентов;
- привлекать молодежь к патриотическому воспитанию посредством занятий прикладной физической культуры.

Изложение основного материала. Студенты, имеющие хорошую физическую подготовленность, намного лучше переносят физические и умственные нагрузки в ходе учебного процесса [6].

В вузах (на факультетах), профессиональная деятельность которых требует специфической физической подготовленности, курс физического воспитания профилируется в плане профессионально-прикладной подготовки.

Профессионально-прикладная физическая подготовка является составной частью физической культуры и учебно-воспитательного процесса, направлена на освоение студентами соответствующей прикладной специальности, на обеспечение соответствующей работоспособности при выполнении функциональных обязанностей. Каждая профессия предъявляет определенные требования к физической подготовленности человека [5].

Физическое воспитание в системе прикладной подготовки является сферой военно-профессиональной деятельности, где решаются задачи формирования боевой готовности и ее совершенствования, сферой, в которой решаются вопросы гармоничного развития, сферой специализации молодежи [7].

Цель прикладной физической культуры в ВУЗе состоит:

- в формировании мировоззрения и культуры студента, обладающей гражданской позицией, нравственными качествами, чувством ответственности, самостоятельностью в принятии решений, инициативой, толерантностью, способностью успешной социализации в обществе;
- способностью студентов использовать разнообразные формы физической культуры и спорта в повседневной жизни для сохранения и укрепления своего здоровья и здоровья своих близких, семьи и трудового коллектива для качественной жизни, и эффективной профессиональной деятельности;
- готовности студентов к полноценной службе в ВС страны.

Задачи прикладной физической культуры в ВУЗе направлены на:

- обеспечение понимания роли физической культуры в развитии студентов и подготовке их к профессиональной деятельности;
- формирование мотивационно-ценностного отношения к физической культуре, установки на здоровый образ жизни, потребности в регулярных занятиях физическими упражнениями;
- овладение системой специальных знаний, практических умений и навыков, обеспечивающих сохранение и укрепление здоровья, формирование компенсаторных процессов, коррекцию имеющихся отклонений в состоянии здоровья, психическое благополучие, развитие и совершенствование психофизических способностей, формирование профессионально значимых качеств и свойств личности;
- адаптацию организма к воздействию умственных и физических нагрузок, а также расширение функциональных возможностей физиологических систем, повышение сопротивляемости защитных сил организма;
- овладение методикой формирования выполнения комплекса упражнений оздоровительной направленности для самостоятельных занятий, способами самоконтроля при выполнении физических нагрузок различного характера, правилами личной гигиены, рационального режима труда и отдыха;
- овладение средствами и методами противодействия неблагоприятным факторам и условиям труда, снижения утомления в процессе профессиональной деятельности и повышения качества результатов;
- овладение выпускниками прикладной физической подготовкой направленной для службы в ВСУ;
- подготовку к выполнению нормативных требований физкультурно-спортивного комплекса.

Указанные общие задачи конкретизируются в зависимости от уровня предварительной подготовленности, состояния здоровья, личных склонностей и способностей студентов, а также от особенностей предстоящей профессиональной деятельности.

Учебные занятия для студентов по прикладной физической культуре в патриотическом воспитании молодежи предлагаем проводить по разделам: гимнастика и атлетическая подготовка, рукопашный бой, преодоление препятствий, ускоренное передвижение и легкая атлетика, военно-прикладное плавание, спортивные и подвижные игры (табл. № 1). Одним из основных видов занятий, которому необходимо уделить особое внимание должна стать полоса препятствий, причем тематическая. Занятия по преодолению препятствий направлены на формирование и совершенствование навыков в преодолении искусственных и естественных препятствий, выполнение специальных приемов и действий, развитие быстроты и скоростно-силовой выносливости, совершенствование навыков в коллективных действиях, на фоне больших физических

нагрузок, воспитание уверенности в своих силах, смелости и решительности.

Таблица № 1

Содержание прикладной физической культуры в патриотическом воспитании молодежи для студентов

№	Разделы	Виды подготовки	Содержание дисциплины
1	Гимнастика	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях гимнастикой. Основы производственной гимнастики.
		Практическая	Элементы спортивной и художественной гимнастики, шейпинга, аэробики, танца и других современных разновидностей гимнастических упражнений (стретчинг, Пилатес, Йога и т.д.); разнообразные комплексы общеразвивающих упражнений, элементы специальной физической подготовки, подвижные игры для развития силы, быстроты, общей и силовой выносливости, прыгучести, гибкости, ловкости, координационных способностей, социально и профессионально необходимых двигательных умений и навыков. Составление комплексов упражнений (различные видов и направленности воздействия).
2	Ускоренное передвижение и легкая атлетика	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях легкой атлетикой. Особенности организации и планирования занятий лёгкой атлетикой в связи с выбранной профессией.
		Практическая	Ознакомление, обучение и овладение двигательными навыками и техникой видов лёгкой атлетики. Совершенствование знаний, умений, навыков и развитие физических качеств в лёгкой атлетике. Техника выполнения легкоатлетических упражнений. Развитие физических качеств и функциональных возможностей организма средствами лёгкой атлетики. Специальная физическая подготовка в различных видах лёгкой атлетики. Способы и методы самоконтроля при занятиях лёгкой атлетикой.
	Спортивные игры	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях спортивными играми. Техника и тактика игры. Правила соревнований. Основы судейства. .
		Практическая	<i>Баскетбол.</i> Занятия по баскетболу включают: общую физическую подготовку, специальную физическую подготовку. Освоение техники и тактики игры <i>Волейбол.</i> Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники Совершенствование навыков игры. Общая и специальная подготовка. Техника и тактика игры. <i>Футбол.</i> Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники Совершенствование навыков игры. Общая и специальная подготовка. <i>Настольный теннис</i> Занятия включают: изучение, овладение основными приёмами техники Совершенствование навыков игры. Общая и специальная подготовка. <i>Стритбол. Регбол.</i>
	Общая физическая подготовка (ОФП)	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях. Методика оценки уровня функционального и физического состояния организма. Дневник самоконтроля.
		Практическая	Общая физическая подготовка (совершенствование двигательных действий, воспитание физических качеств). Средства и методы ОФП: строевые упражнения, общеразвивающие упражнения без предметов, с предметами. Упражнения для воспитания силы: упражнения с отягощением, соответствующим собственному весу, весу партнера и его противодействию, с сопротивлением упругих предметов (эспандеры и резиновые амортизаторы), с отягощением (гантели, набивные мячи). Упражнения для воспитания выносливости: упражнения или элементы с постепенным увеличением времени их выполнения. Упражнения для воспитания гибкости. Методы развития гибкости: активные (простые, пружинящие, маховые), пассивные (с самозахватами или с помощью партнера). Упражнения для воспитания ловкости. Методы воспитания ловкости. Использование подвижных игр, гимнастических упражнений. Упражнения для воспитания быстроты. Совершенствование двигательных реакций повторным реагированием на различные (зрительные, звуковые, тактильные) сигналы.

	Подвижные игры и эстафеты	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях подвижными играми и эстафетами.		
		Практическая	Подвижные игры и эстафеты с предметами и без них, с простейшими способами передвижения, не требующие проявления максимальных усилий и сложнокоординационных действий. Эстафеты: с предметами и без них, с преодолением полосы препятствий, составленной из гимнастических снарядов.		
	Прикладные виды аэробики	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях аэробики. Особенности содержания занятий по фитбол-аэробике. Основы методики развития гибкости.		
		Практическая	<i>Танцевальная аэробика с элементами шейпинга</i> : общеразвивающие упражнения в сочетании с танцевальными движениями на основе базовых шагов под музыкальное сопровождение. Разучивание базовых движений из латинского, джазового танца, рок-н-рола, твиста, классической аэробики и др. Разучивание комплексов упражнений силовой направленности, локально воздействующих на различные группы мышц. <i>Фитбол-аэробика</i> . Упражнения локального и регионального характера, упражнения на равновесие, изометрические упражнения из различных исходных положений. <i>Степ-аэробика</i> : обучение различным вариантам шагов с подъемом на платформу (гимнастическую скамейку) и спуском с нее, танцевальным движениям, переходам меняя ритм и направление движений. <i>Стретчинг</i> : Разучивание и совершенствование упражнений из различных видов стретчинга: пассивного и активного статического; пассивного и активного динамического.		
	Прикладное плавание	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях по плаванию. Правила поведения на воде.		
		Практическая	Начальное обучение плаванию. Подвижные игры в воде. Освоение техники способов плавания (кроль на груди, кроль на спине, брасс, дельфин). Нырание. Прыжки в воду. Прыжки с высоты. Спасение утопающих, первая помощь. Общая и специальная подготовка пловца.		
	Рукопашный бой	Теоретическая	Основы техники безопасности на занятиях рукопашным боем.		
		Практическая	Освоить приемы самостраховки; обучиться стойкам; уметь продемонстрировать базовую технику (удары руками, ногами, броски, удержания, болевые и удушающие приемы); уметь показать технику защиты от угрозы холодным оружием. Выполнении приемов в неожиданных ситуациях в различных условиях, а также на фоне утомления.		
	Применение полосы препятствий	Теоретическая	Основы техники безопасности при преодолении полосы препятствия		
		Практическая	Гимнастическая полоса препятствия Различные виды ходьбы и бега по гимнастической скамейке. Прыжки - преодолевая без отягощения и с отягощением. Упражнения в лазании по гимнастической стенке. Перелезания в висе. Метания – различные виды перебрасываний набивного мяча. <i>Опорные прыжки</i> – совершенствование ранее изученных. <i>Акробатика</i> – кувырки вперед, назад, длинные кувырки вперед, кувырки вперед с прыжка через препятствие; переворот боком. <i>Перекладина</i> совершенствование ранее изученных элементов <i>Брусьях</i> – различные виды передвижений в упоре Общее контрольное упражнение на единой полосе препятствий. Занятия по преодолению препятствий направлены на формирование и совершенствование навыков в преодолении искусственных и естественных препятствий, выполнение специальных приемов и действий, развитие быстроты и скоростно-силовой выносливости, совершенствование навыков в коллективных действиях. Комплексная тренировка общего контрольного упражнения на единой полосе препятствий в целом.		
те	ма	е	ни	Теоретическая	Виды и элементы видов двигательной активности, включенных в практические занятия в семестре обучения.

		Практическая	Подготовка к тестированию физической и функциональной подготовленности, сдача контрольных испытаний и зачетных нормативов. Участие в соревнованиях. Помощь в судействе.
	Производственная гимнастика	Теоретическая	Средства и методы производственной гимнастики. Методика составления комплексов упражнений производственной гимнастики с учетом будущей профессиональной деятельности студента.
		Практическая	Практика проведения производственной гимнастике с учебной группой студентов

Примечание: количество часов, отводимых на каждый раздел, может варьироваться за счет увеличения часов в одном и сокращения в другом. Это определяется материально-техническими условиями спортивной базы для занятий и комплексом условий образовательного, педагогического характера, связанного с особенностями контингента студентов и др.

Важно методически правильное оформление занятий, вариативный подход к требованиям выполнения упражнений, последовательность и компоновка их выполнения [8]. Физическое состояние студентов оценивается по показателям текущих контрольных упражнений, зачетных соревнований и данных врачебного контроля. Промежуточные зачетные нормативы разрабатываются кафедрой на основе программы для каждого из трех отделений, и выполнение их организуется в форме соревнований.

В результате освоения предложенного содержания прикладной физической культуры компетенции студента должны быть направлены на:

Общекультурные компетенции. Студент должен:

- обладать способностью к организации жизни в соответствии с социально значимыми представлениями о здоровом образе жизни;
- самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля, выстраивать и реализовывать перспективные линии физического, интеллектуального, культурного, нравственного, духовного и профессионального саморазвития и самосовершенствования;
- быть способным внедрять патриотическое воспитание с использованием средств физической культуры для формирования социально активной личности гражданина и патриота;
- владеть навыками ведения здорового образа жизни, участвовать в занятиях физической культурой;
- владеть средствами самостоятельного, правильного использования методов физического воспитания и укрепления здоровья, направленных на достижение должного уровня физической подготовленности для обеспечения полноценной социальной и профессиональной деятельности;
- обладать способностью самостоятельно применять методы и средства познания, обучения и самоконтроля для приобретения новых знаний и умений, развития социальных и профессиональных компетенций, сохранения своего здоровья, нравственного и физического самосовершенствования;
- обладать заинтересованностью отношения к военной службе;
- быть способным придерживаться здорового образа жизни.

Профессиональные компетенции. Должен знать:

- ценности физической культуры и спорта; значение физической культуры в жизнедеятельности человека;
 - культурное, историческое наследие страны;
 - факторы, определяющие здоровье человека, понятие здорового образа жизни и его составляющие;
 - принципы и закономерности воспитания и совершенствования физических качеств;
 - способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;
 - методические основы физического воспитания, основы самосовершенствования физических качеств и свойств личности;
 - основные требования к уровню его психофизической подготовки к конкретной профессиональной деятельности;
- влияние условий и характера труда специалиста на выбор содержания производственной физической культуры, направленного на повышение производительности труда.

Уметь:

- оценить современное состояние физической культуры и спорта в мире;
- придерживаться здорового образа жизни;
- самостоятельно поддерживать и развивать основные физические качества в процессе занятий физическими упражнениями;
- осуществлять подбор необходимых прикладных физических упражнений для адаптации организма к различным условиям труда и специфическим воздействиям внешней среды.

Владеть:

- различными современными понятиями в области физической культуры;
- методиками и методами самодиагностики, самооценки, средствами оздоровления для самокоррекции здоровья различными формами двигательной деятельности, удовлетворяющими потребности человека в рациональном использовании свободного времени;
- методами самостоятельного выбора вида спорта или системы физических упражнений для укрепления здоровья;
- здоровье сберегающими технологиями;

– средствами и методами воспитания прикладных физических и психических качеств, необходимых для успешного и эффективного выполнения определенных трудовых действий.

Воспитанная спортивной деятельностью привычка соблюдать установленные нормы и правила поведения (чувство коллективизма, выдержка, уважение к соперникам, трудолюбие, самодисциплина) переносится в повседневную жизнь, в профессиональную деятельность. Сознательное преодоление трудностей в процессе регулярных занятий физической культурой и спортом, борьба с нарастающим утомлением, ощущениями боли и страха воспитывают волю, самодисциплину, уверенность в себе.

Исследования показали, что комплексная работа по внедрению прикладной физической культуры в вузе способствует эффективному развитию патриотического сознания у студентов.

Методически грамотно составленные занятия ПФП совершенствуют такие профессионально ценные морально-психические качества личности, как инициативность и настойчивость в достижении поставленных целей, уверенность в себе и осмотрительность, смелость и решительность, самообладание и выдержку при любых ситуациях.

Выводы. 1. В результате проведенного исследования было разработано содержание прикладной физической культуры в патриотическом воспитании молодежи для студентов вузов.

2. Каждый из перечисленных разделов прикладной физической культуры в патриотическом воспитании студентов имеет свою цель, задачи и содержание.

3. Квалификационная характеристика выпускника должна включать в себя профессиональные знания, умения и навыки, уровня физической подготовленности по получаемой специальности.

4. Главными факторами, определяющими и лимитирующими профессионально-прикладную работоспособность, являются физические, психические и функциональные резервы организма.

5. Одним из важнейших условий действенности патриотического воспитания, ориентированного на формирование у каждого студента положительных мотивов к военной службе и достойного выполнения воинского долга, является предоставление студентам возможностей для реализации их важнейших потребностей, интересов с учетом сил и средств, которыми располагает для этого общество.

6. Предложенная система спортивно-патриотического воспитания студентов позволяет в изменившемся мире и украинском обществе решать проблемы воспитания студенческой молодежи.

Перспектива дальнейших исследований. Дальнейшие исследования связаны с анализом и разработкой программы патриотического воспитания с использованием прикладной физической культуры для учеников старших классов (15-17 лет).

Литература

1. Davidenko D.N., Pasichnisenko V.A. *Physica educatio missio educationis propria Moderni // studiorum superiorum partium problemata physica educatio studiosae iuventutis institutionem sanum vivendi: scientificam Republican-materias practicas colloquium 2 aprilis 2003 - Mn. MITSO, 2003.* - 72p.

2. Chuprov L.V. *Piae iuventutis educatio in context humanae salutis statum / Ars Priorities Number 2. 2011.*

3. Pashkovich I.A. *Piae educationem: in opera, consilio, Summaria lectionum, lectiones /Avt.-sost progressionem. I.A. Pashkovich. - Volgograd: Magister, 2006–209p.*

4. Burnaev Z.R. *Amet, melius de futuro physica disciplina doctores, universitatis civili / Z.R. Burnaev, Militaris peritus in hac. - Shekarashy. Almaty KNB 2004, №2 (11). - S.63-65. 2006.*

5. Efimov N.N. *Paedagogicae et disciplina militari bases in University de elit. Textbook. / N.N. Efimov, S.V. Cherneev, V.G. Grigor'yants, VULGATE Gupta. - M. 1986. - 312p.*

6. Zuev S. *De praeparatione, physica ratio generalis iuvenes militares dilectum abnuerent prae senectute. Author: ... Cand. ped. Sciences: 13.00.04. - M. 1981. - 23p.*

7. Vydrin V.M. *Physica educatio Theoria (rationem culturalem) Proc. mensuram. / V.M. Vydrin - L. GDOIFK eos. PF Lesgafta, 1988 - 45.*

Без'язичний Б.І., Худякова В.Б.

Харківська державна академія фізичної культури

Городиський М.І.

Харківський національний університет внутрішніх справ

Гіль Ю.Б.

Харківський національний університет

будівництва та архітектури

ПІЗНАВАЛЬНА САМОСТІЙНІСТЬ, ЯК ОСНОВА ФУНКЦІОНУВАННЯ ІНДИВІДУАЛІЗОВАНОЇ СИСТЕМИ НАВЧАННЯ СТУДЕНТІВ

У даній статті розглядається проблема організації самостійної пізнавальної роботи студентів у сучасних умовах. Розкривається зміст поняття «пізнавальна самостійність» з позиції різних авторів. В статті описується мотиваційний, змістовно-операційний і вольовий компоненти самостійної пізнавальної діяльності, а також надаються основні етапи виконання учбового завдання. Авторами виявлено ряд факторів і проблем, що суттєво впливають на якість самостійної роботи студентів у ВНЗ, визначено роль деканату, кафедри та самого студента в системі індивідуалізованого навчання. На підставі проведеного аналізу сучасних уявлень про особливості та зміст пізнавальної самостійної діяльності студентів