
ВПЛИВ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ПРОГРАМ ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ НА ПОКАЗНИКИ СТІЙКОСТІ УВАГИ У СТУДЕНТІВ

Сергій Іващенко, Віктор Гузов

Резюме. *Определено влияния профессионально-прикладной физической подготовки студентов старших курсов высших технических учебных заведений на уровень стойкости их внимания. В процессе профессионального отбора с помощью метода "Штурман" определены способности лиц молодого возраста к тем видам производственной деятельности, которые требуют высокой стойкости внимания. Результатами исследования подтвержден факт положительного влияния систематических занятий профессионально-прикладной физической подготовкой на показатели стойкости внимания респондентов.*

Ключевые слова: *профессионально-прикладная физическая подготовка, высшие технические учебные заведения, стойкость внимания, лица молодого возраста.*

Summary. *The aim of the study was to determine the influence of professional-applied physical training graduate students of higher technical education to the level of resistance to their attention. In the course of the work method was used "Navigator", which is widely used in the process of selecting a professional to determine the ability of young people to the kinds of productive activities that require high stability of attention. Results of the study confirmed the positive influence of systematic training of professional-applied physical training on the performance stability of the attention of the respondents.*

Key words: *vocational and applied physical preparation, technical higher educational institutions, stability of attention, young adults.*

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Система підготовки фахівців будь-якого профілю для потреб народного господарства України, як і в багатьох інших країнах світу, становить важливий об'єкт наукових досліджень [6]. Постійно ведуться роботи з пошуку шляхів удосконалення зазначеної системи з метою підвищення рівня якості підготовки спеціалістів та забезпечення високої ефективності їх трудової діяльності в майбутньому [4].

Сучасний стан суспільства потребує застосування принципово нових підходів до організації підготовки фахівців виробничих спеціальностей, а тому надзвичайно актуальною в наш час є проблема поширення професійно-прикладної підготовки цих фахівців [7]. Зокрема, в Україні здійснюється підготовка фахівців для 40 напрямів практичної діяльності в межах 130 спеціальностей [11].

Враховуючи те, що робота в межах цих спеціальностей пов'язана переважно з високим рівнем фізичних навантажень, надзвичайно важливою умовою підготовки фахівців є застосування для них професійно-прикладних програм фізичної підготовки, які сприяють розвитку якостей, потрібних для їх ефективної реалізації на практиці [2].

Відомості сучасних вітчизняних та зарубіжних наукових джерел свідчать, що процес удоскона-

лення системи професійно-прикладного фізичного виховання молоді в різних країнах світу відбувався поетапно, і для кожного з етапів були притаманні певні досягнення у галузі науки і техніки [5].

Головною метою цієї системи було формування у представників різних категорій учнівської молоді комплексу спеціальних практичних навичок і вмінь, завдяки яким забезпечується можливість ефективної діяльності в будь-якій галузі народного господарства [10].

Із підвищенням вимог до якості роботи спеціалістів суттєво ускладнюються умови виробничої діяльності, що зумовлюється інтенсифікацією виробничих процесів, наявністю конкуренції між підприємствами та їх об'єднаннями, використанням нових матеріалів і застосуванням передових технологій виробництва [9].

Такі умови виробничої діяльності сприяють підвищенню рівня фізичного, емоційного та інтелектуального навантаження на працівників, у зв'язку з чим вони потребують спеціальної фізичної і психологічної підготовки з метою їх пристосованості до складних умов сучасного виробництва [1, 8].

Проведені наукові дослідження підтверджують думку про те, що сучасні зміни технологічних умов виробництва та структури трудових операцій і функціональної ролі людини у виробничому процесі потребують розробки і застосування

сучасної системи професійно-прикладного фізичного виховання молоді [3].

Роботу виконано за темою 3.1 “Вдосконалення програмно-нормативних засад фізичного виховання в навчальних закладах” (номер держреєстрації 0111U001733) згідно зі Зведеним планом НДР у сфері фізичної культури і спорту на 2011–2015 рр.

Мета дослідження — з’ясувати вплив програм професійно-прикладної фізичної підготовки на показники стійкості уваги студентів старших курсів вищих технічних навчальних закладів (на прикладі Донбаського державного технічного університету).

Методи та організація дослідження. Під час виконання роботи було застосовано такі методи: аналіз даних наукової літератури; анкетування; педагогічне спостереження, педагогічне тестування і педагогічний експеримент; метод визначення показників стійкості уваги; методи математичної статистики.

Дослідження проведено із 6 січня по 26 травня 2011 р. До участі були залучені 58 студентів III–IV курсів гірничих спеціальностей Донбаського державного технічного університету.

Результати дослідження та їх обговорення. Вивчення особливостей змін основних показників, що характеризують функціональний стан центральної нервової системи студентів, залучених до експерименту, здійснювали на основі аналізу змін показників стійкості їх уваги за результатами виконання тесту Бурдона.

Показник стійкості їх уваги студентів оцінювали з урахуванням швидкості перегляду ними матеріалів зазначеного тесту. Результати підраховували кожні 60 с за такою формулою:

$$A = \frac{S}{t},$$

де A — темп виконання завдання;

S — кількість літер у переглянутій частині коректурної таблиці;

t — час виконання завдання.

Тест проводили двічі на тиждень протягом усього періоду спостереження: на початку навчального тижня (о 8-й год ранку в понеділок) і наприкінці навчального тижня (о 18-й год у п’ятницю).

Студентів, залучених до експерименту (за показниками віку, антропометричних даних, успішності навчання тощо), умовно розподілено на дві групи, по 29 студентів у кожній.

Для підготовки студентів першої групи було застосовано індивідуальні програми професійно-прикладної фізичної підготовки (самостійно). Студенти другої — займалися фізичною підготовкою самостійно або у спортивних секціях.

Вони вели щоденники фізичної самопідготовки та наприкінці кожного місяця демонстрували досягнуті результати викладачам-кураторам фізичного виховання ВНЗ з метою контролю ефективності зазначених програм та їх корегування.

Оцінювання результатів виконання студентами цієї методики за кожний тижневий інтервал дозволило виявити динаміку змін показників стійкості їх уваги упродовж спостереження.

Результати виконання цієї проби оцінювали за кількістю пропущених (незакреслених) знаків, а також за кількістю оброблених рядків за кожні 60 с упродовж виконання завдань тесту.

Для зручності виконання розрахунків у процесі оцінки результатів виконання цих тестів застосували спеціальну систему оцінювання, якою визначалося, що максимальна кількість балів, яку міг набрати кожний зі студентів, може дорівнювати 100 балам.

Середні результати змін показників стійкості уваги за цією системою підрахунків на початку і наприкінці навчального тижня кожного місяця в обох експериментальних групах подано в таблиці 1.

За даними таблиці 1 видно, що у студентів першої експериментальної групи, які займалися професійно-прикладною фізичною підготовкою під періодичним контролем викладачів фізичного виховання, показники стійкості уваги були кращими, ніж у студентів другої експериментальної групи, що займалися фізичною підготовкою самостійно або у спортивних секціях.

Крім того, динаміка покращення показників стійкості уваги у студентів першої експериментальної групи була більш вираженою порівняно з учасниками другої експериментальної групи.

Це підтверджує думку про те, що застосування індивідуальних програм професійно-прикладної фізичної підготовки для студентів старших курсів технічних ВНЗ сприяє розвитку у них професійно значущих психологічних якостей (наприклад, стійкості уваги).

Висновки:

1. З метою підтримання на достатньо високому рівні показників фізичної підготовленості сту-

Таблиця 1 — Динаміка змін показників стійкості уваги студентів залежно від системи їхньої фізичної підготовки

Місяць	Перша експериментальна група		Друга експериментальна група	
	Початок тижня	Кінець тижня	Початок тижня	Кінець тижня
Січень	64,4 ± 2,5	58,8 ± 2,3	64,3 ± 2,5	58,3 ± 2,1
Лютий	69,9 ± 2,6	63,6 ± 2,5	68,4 ± 2,5	60,2 ± 2,3
Березень	72,5 ± 2,8	69,8 ± 2,6	70,3 ± 2,6	63,8 ± 2,4
Квітень	78,4 ± 3,1	72,9 ± 2,7	71,7 ± 2,7	67,3 ± 2,5
Травень	86,3 ± 3,6	85,2 ± 3,5	73,5 ± 2,9	70,8 ± 2,8

дентів старших курсів вищих технічних навчальних закладів доцільно застосовувати для них спеціальні індивідуальні програми професійно-прикладної фізичної підготовки та періодично контролювати правильність їх реалізації.

2. Найбільшого ступеня розвитку фізичних якостей, які сприяють успішному виконанню складних виробничих завдань у роботі у гірничій галузі, досягають ті студенти, які на старших курсах навчання у ВНЗ застосовують індивідуальні програми професійно-прикладної фізичної підготовки.

3. Самостійні заняття професійно-прикладною фізичною підготовкою під періодичним контролем досвідчених спеціалістів сприяють підвищенню у студентів старших курсів технічних ВНЗ показників стійкості уваги, що має важливе значення для оптимальних дій у складних виробничих умовах і аварійних ситуаціях.

Перспективи подальших досліджень доцільно спрямовувати на обґрунтування і розробку спеціальних програм професійно-прикладної фізичної підготовки спеціалістів інших галузей народного господарства.

Література

1. *Анікеєв Д. М.* Проблеми формування здорового способу життя студентської молоді / Д. М. Анікеєв // Педагогіка, психологія та мед.-біол. пробл. фіз. виховання і спорту. — 2009. — № 2. — С. 6 — 9.
2. *Боднар І. Р.* Фізичне виховання студентів з низьким рівнем фізичної підготовленості: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 “Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / І. Р. Боднар; Волин. держ. ун-т ім. Лесі Українки. — Луцьк, 2000. — 20 с.
3. *Власенко П. В.* Педагогічний контроль рухової активності — засіб спрямованого впливу на фізичну підготовленість студентів / П. В. Власенко, Л. О. Константиновська, О. І. Кириленко // Актуал. пробл. валеологічної освіти в навч. закл. України: матеріали наук.-метод. конф. — Кіровоград, 1995. — С. 69—71.
4. *Драчук А.* Пріоритетні напрями фізичної підготовленості студентської молоді / А. Драчук, І. Дуб, М. Галайдук // Молода спорт. наука України: зб. наук. праць в галузі фіз. культури і спорту. — Л.: Вид. дім “Панорама”, 2002. — Вип. 6. — Т. 1. — С. 225—229.
5. *Канішевський С. М.* Науково-методичні та організаційні основи фізичного самовдосконалення студента / С. М. Канішевський. — К.: ІЗМН, 1999. — 270 с.
6. *Олійник М. О.* Теоретичні і методичні основи управління фізичною культурою і спортом України: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 “Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / М. О. Олійник. — К., 2000. — 18 с.
7. *Пилипей Л. П.* Професійно-прикладна фізична підготовка студентів: монографія / Л. П. Пилипей. — Суми: ДВНЗ У АБС НБУ, 2009. — 312 с.
8. *Семигіна Т.* Самооцінка молоді щодо здоров'я та способу життя / Т. Семигіна, Н. Романова, О. Белишев // Вісн. Міністерства України у справах сім'ї, молоді та спорту. — 2010. — № 3.— С. 139—149.
9. *Хайкін Л. В.* Структурування фізичних навантажень як чинник підвищення ефективності навчального процесу фізичного виховання студентів / Л. В. Хайкін // Спорт. вісн. Придніпров'я: науково-теоретичний журнал. — 2003. — № 3—4. — С. 45—46.
10. *Чабан І. П.* Оздоровчо-прикладне фізичне виховання студентів спеціального медичного відділення з використанням тренажерних пристроїв: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. наук з фіз. виховання і спорту: 24.00.02 “Фізична культура, фізичне виховання різних груп населення” / І. П. Чабан. — Рівне, 2002. — 21 с.
11. *Яременко О.* Формування здорового способу життя: навч. посіб. для слухачів курсів підвищення кваліфікації держ. службовців / О. Яременко, Л. Жаліло. — К.: Укр. ін-т соц. досліджень, 2000. — 232 с.

References

1. *Anikeev D. M.* Problems of forming healthy way to the life of students youth / D. M. Anikeev // Pedagogika, psihologiya that health biological Problems of physical education and sport. — 2009. — № 2 — С. 6—9.
2. *Bodnar I. R.* Physical education of low physical developed level students. Thesis. Candidate. Science phys. educ. and sports: 24.00.02 “Physical culture and physical education of different groups of population” / I. R. Bodnar; Volinskiy sovereign university im. Lesi Ukrainki. — Lutsk, 2000. — 20.
3. *Vlasenko P. V.* Pedagogical control of motor activity a means of targeting students in physical fitness / P. V. Vlasenko, L. A. Konstantinovskaya // Actual problems valeological education in educational institutions of Ukraine: Proceedings of the scientific-method. Conference. — Kiev, 1995. — P. 69—71.
4. *Drachuk A.* Priorities of physical fitness of students / A. Drachuk, I. Dub, M. Galaioduk // Young Sports Science of Ukraine: Collection of scientific works in the field of physical culture and sports. — Lviv: Publishing house. Home. “Panorama”, 2002. — W. 6 — Vol. 1 — P. 225—229.

5. *Kanishevsky S. M.* Scientific-methodological and organizational basis of the physical self of the student / S. M. Kanishevsky. — M.: IZMN, 1999. — 270 p.
6. *Oleinik N. A.* The theoretical and methodological framework for the management of physical culture and sports of Ukraine: Abstract. Thesis. for science. Ph. D. degree. / N. A. Oleinik — Kiev. — 2000. — 18 p.
7. *Pilipey L. P.* Professional applied physical training of students: monograph / L. P. Pilipey. — Sumi: DVNZ U ABS NBU, 2009. — 312 p.
8. *Semigina T.* Self youth health and lifestyle / T. Semigina, N. Romanova, O. Bielichev // Bulletin of the Ministry of Ukraine for Family, Youth and Sports — 2010. — № 3. — P. 139—149.
9. *Haikin L.* Structuring of physical activity as a factor in increasing the efficiency of the educational process of physical education students / L. Haikin // Journal of Athletic: Scientific and practical journal. — 2003. — № 3—4. — P. 45—46.
10. *Chaban I. P.* Recreational and applied physical education students a special medical offices with training devices: abstract. thesis. for science. Ph. D. degree. physical sciences. new. and sport: 24.00.02 "Physical culture, physical education of various population groups" / I. P. Chaban. — Rivne, 2002. — 21 p.
11. *Yaremenko O.* The formation of a healthy lifestyle: A Handbook for students training courses of state employees / O. Yaremenko, L. Zhalilo. — K.: Ukrainian Institute of Social Research, 2000. — 232 p.

Національний університет фізичного виховання і спорту України, Київ
aspir_nufvsu@mail.ru

Надішла 14.04.2012