

**Татаров В.Б.**

**Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов**

*Финансовый университет при Правительстве РФ  
(г. Москва)*

По мнению ведущих специалистов, занимающихся вопросами профессионально-прикладной физической подготовки студентов [2, с.15], для формирования у студента необходимых профессионально значимых личностных и психофизиологических качеств необходимо моделирование в условиях вуза среды, приближенной по своим признакам к обстановке профессиональной деятельности. Наше убеждение о возможности создания на занятиях по физическому воспитанию в вузе - это форма организации коллективной деятельности студентов. Процесс физического воспитания осуществляется при постоянном взаимодействии студентов между собой.

Методом, основанным на принципе организации коллективной деятельности, является метод коллективной игры. Причем под игрой в данном случае мы понимаем не только спортивную игру, но также различные упражнения игровой направленности, применяемые в процессе физического воспитания как эффективное средство развития физических качеств, внимания, игрового мышления. Вторая сторона любой игры - это необходимость общения, столкновения интересов, поиск рациональных путей выхода из создавшейся ситуации, распределение ролей, стремление к успеху, критика и многие другие явления, внимание к которым, по нашему мнению, часто является недостаточным на занятиях по физическому воспитанию в вузе.

По мнению К.К. Платонова и Г.Г. Голубева [1, с.30] , для формирования профессиональных способностей, представляющих совокупность индивидуально - психологических качеств личности человека, необходимо изучать различные особенности его личности. На занятиях по физическому воспитанию, наблюдая за студентами в процессе игровой деятельности, преподаватель может сделать вывод о типе темперамента, о свойствах характера и о преобладании у конкретного студента одного из типов поведения и постараться развить те качества, которые менее всего представлены в структуре личности этого студента.

Основная задача преподавателя физического воспитания в этом процессе: уделить внимание каждому студенту, тактично заостряя внимание на его “слабых сторонах”, обязательно отмечать сильные стороны, обеспечить возможность индивидуального роста каждому и передать студентам знания о существующих между ними индивидуальных различиях. Осознание студентами этих различий происходит в процессе игровой деятельности.

Важным моментом в определении индивидуально - личностных особенностей студентов является активное участие в этом процессе самих студентов. Тактичное обсуждение с ними поведения того или иного участника, возникающие на занятиях игровых ситуаций позволяет запустить процесс само-

анализа, самопознания и самовоспитания личности, способствует формированию адекватной самооценки студентов.

Наблюдения за студентами, проведенные в процессе игры, выявляют следующие проблемы, существующие в их деятельности: неспособность адекватно оценивать свою деятельность, деятельность других участников игры; низкий уровень культуры общения, неумение сдерживать эмоции, переход от сути проблемы на обсуждение личных недостатков друг друга; боязнь исполнения роли руководителя, боязнь ответственности; неумение признавать ошибку; отсутствие планирования действий; незнание своих психологических особенностей (типа личности, темперамента).

Студенты, занимаясь физической культурой в вузе, могут иметь совершенно разные мотивы, побуждающие к выполнению того или иного действия. Очень важно, чтобы в вузе у студента появилось стремление к профессиональному успеху, а также мотивация обеспечения этого успеха через развитие физических и психологических способностей. В этом велика роль преподавателя, который может на примерах бедующей профессиональной деятельности показать значение того или иного качества и возможность его формирования на занятиях по физическому воспитанию.

#### Литература

1. Раевский Р.Т. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов технических вузов. М.: Высшая школа, 1985.

2. Татарова С.Ю. Рекреативные технологии формирования здорового образа жизни студенческой молодежи. Монография. Финансовый университет. Москва 2015.

---

### **Татарова С.Ю.**

#### **Особенности влияния бытовой двигательной активности на физическое состояние молодежи**

*Финансовый университет при Правительстве РФ  
(г. Москва)*

Анализ физического состояния во взаимосвязи с двигательными режимами потребовал не только изучения проблемы физкультурно – спортивной двигательной активности, но и бытовой двигательной активности. Такое исследование понадобилось потому, что многие специалисты, и в еще большей степени неспециалисты, считают, что физкультурно – спортивную активность может компенсировать достаточно большая по объему бытовая двигательная активность [1, с. 12].

Для проверки этого предположения был проведен опрос. Всех опрошенных поделили на 3 группы в зависимости от их самооценки:

1) занимающиеся физическими упражнениями, то есть контингент той или иной мере включенный в физкультурно – спортивную деятельность;