

РАЗВИТИЕ ВЫНОСЛИВОСТИ КАК ПРОФЕССИОНАЛЬНО ЗНАЧИМОГО ФИЗИЧЕСКОГО КАЧЕСТВА БУДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ АГРАРНОГО СЕКТОРА

Коледа В.А., д-р пед. наук, профессор,
Белорусский государственный университет физической культуры,
Минск, Республика Беларусь,

Сучков А.К., канд. пед. наук, доцент,
Витебская государственная академия ветеринарной медицины,
Витебск, Республика Беларусь

***Аннотация.** В статье рассматривается приоритетное развитие выносливости на учебных занятиях по «Физической культуре» в учреждениях высшего образования аграрного профиля, как профессионально значимого физического качества будущих специалистов аграрного сектора, что является необходимым условием формирования практикоориентированного физического воспитания обучающихся.*

***Ключевые слова:** учреждения высшего образования; учебные занятия; физическая культура; профессиональная направленность; выносливость.*

Актуальность исследования. В основополагающем документе для проведения обязательных учебных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждениях высшего образования – типовой учебной программе [1], указана необходимость формирования социально-личностных компетенций студентов, обеспечивающих целевое использование соответствующих средств физической культуры и спорта для сохранения, укрепления здоровья и подготовки к профессиональной деятельности. Подготовка к профессиональной деятельности подразумевает укрепление здоровья, совершенствование производственно необходимых умений и навыков, а также развитие профессионально значимых физических качеств [2]. Для специалистов аграрного сектора уровень развития профессионально значимых физических качеств должен способствовать успешной реализации производственных задач в неблагоприятных условиях, которые объективно сопутствуют ряду технологических операций при организации процессов и производстве продукции в агропромышленном комплексе.

Введение. При составлении учебных программ «Физическая культура» в профильных учреждениях высшего образования следует, учитывая основополагающие компоненты (разделы) типовой учебной программы, ориентировать подготовку студентов на условия их будущей профессиональной деятельности [3]. При этом важно в такой практикоориентированной подготовке развитию профессионально значимых физических качеств отдавать приоритет.

Исследования по этой проблеме мы проводим, начиная с 2004 г., и по настоящее время. Имеющиеся результаты исследований, и новые, ежегодно проводимые опросы студентов и специалистов аграрного сектора, а также наблюдения в процессе учебных практик позволяют среди профессионально значимых физических качеств выделять выносливость. Следовательно, учебные занятия по учебной дисциплине «Физическая культура» следует выстраивать таким образом, чтобы в процессе развития физических качеств, совершенствованию выносливости отдавать приоритет.

Цель исследования – обеспечение эффективного развития выносливости на учебных занятиях по учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждениях высшего образования аграрного профиля.

Материал и методы. Наши исследования на этапе 2023/2024 учебного года проводились приведенными ниже методами.

Опрошено 649 студентов учреждения высшего образования аграрного профиля «Витебская государственная академия ветеринарной медицины» (УВО ВГАВМ).

Проведено 3 наблюдения в процессе учебных практик студентов.

Проведено 4 беседы со специалистами различного профиля, работающими в аграрном секторе.

Полученные данные сравнивались с результатами наших предыдущих исследований. Анализировались данные, опубликованные в отечественных и зарубежных изданиях.

Разработка учебных программ и организация учебных занятий по учебной дисциплине «Физическая культура» в учреждениях высшего образования аграрного профиля должна обеспечиваться методиками приоритетного совершенствования выносливости. Общефизическая подготовка в каждом из программных видов спорта имеет свои характерные особенности, с расстановкой приоритетов в развитии физических качеств и способностей. В то же время, как показывает практика, традиционные средства развития выносливости не всегда бывают востребованы студентами, а тренировочные средства ряда популярных в студенческой среде видов спорта не ориентированы на достижение высокого уровня указанного профессионально значимого физического качества. Вследствие этого мотивация к практикоориентированным учебным занятиям по «Физической культуре» снижается, отрицательно влияя на эффективность образовательного процесса, что может повлечь снижение уровня физической подготовленности студентов. Следовательно, необходимо выяснять, какие из методик (или их составляющих) на учебных занятиях по разделам учебной программы (видам спорта) можно использовать для приоритетного совершенствования выносливости. При этом важно учитывать, что не конкретные тренировочные средства определенных видов спорта, а сама организация практикоориентированных занятий играет главную роль в достижении их эффективности на основе мотивации студентов [4]. При этом обоснованным является использование вариативного компонента учебной

программы «Физическая культура» – вида спорта, пользующемуся популярностью у студентов и отвечающему ряду требований: специфика учреждения высшего образования, кадровое обеспечение, востребованность у студентов, средство их мотивации к учебным занятиям, возможность эффективно совершенствовать профессионально значимые физические качества (таблица 1).

Таблица 1 – Примерное содержание практических занятий для групп, обучающихся по учебной программе с вариативным компонентом (% от общего объема часов на курсе)

Содержание	Курсы			
	I	II	III	IV
Подготовка по избранному виду спорта (вариативный компонент)	30	30	20	15
Виды спорта (гимнастика, атлетическая гимнастика, спортивные игры, легкая атлетика, лыжный спорт, плавание, подвижные игры и эстафеты)	20	20	20	15
Профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП)	30	30	35	40

Окончание таблицы 1

Содержание	Курсы			
	I	II	III	IV
Контроль в процессе занятий физическими упражнениями	10	10	15	20
Итого	100	100	100	100

При использовании вариативного компонента личностная ориентация в выборе средств физкультурно-спортивной деятельности, оптимально соответствующая требованиям учебной программы, обеспечивает эффективное развитие выносливости студентов (таблица 2).

Таблица 2 – Фрагмент методической карты развития выносливости

Периоды	Основной метод тренировки	Тренировочные средства	Дозировка на одном занятии	Интенсивность, ЧСС	
1-й семестр	Стандартно-непрерывного упражнения	Кросс	15–20 мин	130–140 уд/мин	
		Спортивные игры	15–20 мин	120–150 уд/мин	
		Вариативный компонент	30 мин	120–140 уд/мин	
	Октябрь	Интервальный	Спортивные игры	15–20 мин	140–160 уд/мин
			Вариативный компонент	50 мин	130–150 уд/мин
	Ноябрь	Интервальный	Спортивные игры	15–20 мин	140–160 уд/мин
Вариативный компонент			50 мин	130–150 уд/мин	
Декабрь	Переменный	Лыжи	40 мин	130–150 уд/мин	

Проведенный в УВО ВГАВМ в 2023/2024 учебном году опрос студентов 1–4 курсов (n = 649 человек) выявил готовность респондентов осваивать учебную дисциплину «Физическая культура» по программе с вариативным

компонентом – востребованным у них видом спорта (87,5 %). Наиболее популярными оказались волейбол (21,4 %) и виды единоборств (18,3 %). Приоритетное развитие выносливости воспринималось при этом как элемент подготовки к условиям предстоящей профессиональной деятельности (83,2 %).

Заключение. Наличие у будущего специалиста аграрного сектора социально-профессиональной компетентности как интегрированного результата образования, в числе прочего, включает высокий уровень профессионально значимого физического качества – выносливости. В достижении такого уровня значимую роль играет усиление практикоориентированности образовательного процесса, обеспечивающее решение не только физкультурно-спортивных, но и профессионально-прикладных задач физического воспитания студентов, связанных с будущей социально-профессиональной деятельностью выпускника. Это может достигаться компоновкой средств и методов подготовки на основе использования в учебной программе вариативного компонента – мотивационного инструмента, формирующего осознанную необходимость совершенствования выносливости.

1. Физическая культура : типовая учебная программа для учреждений высшего образования / В. А. Коледа [и др.]. – Минск, 2017. – 33 с.

2. Матвеев, Л. П. Теория и методика физической культуры (введение в теорию физической культуры; общая теория и методика физического воспитания) : учеб. для высш. учеб. завед. физкульт. профиля. – 4-е изд. / Л. П. Матвеев – М. : Спорт, 2021. – 520 с.

3. Фурманов, А. Г. Теория и методика физического воспитания : учеб. пособие / А. Г. Фурманов [и др.]; под общ. ред. А. Г. Фурманова, М. М. Круталевича. – Минск : РИВШ, 2021. – 492 с.

4. Лубышева Л. И. Спортизация в системе физического воспитания: от научной идеи к инновационной практике: монография / Л. И. Лубышева [и др.]. – М.: НИЦ «Теория и практика физической культуры и спорта», 2017. – 200 с.

СИЛОВАЯ ПОДГОТОВКА КАК СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНО НАПРАВЛЕННОГО ФИЗИЧЕСКОГО ВОСПИТАНИЯ В УЧРЕЖДЕНИЯХ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ АГРАРНОГО ПРОФИЛЯ

Колесник В.А.

Научный руководитель – Сучков А.К., канд. пед. наук, доцент,
Витебская государственная академия ветеринарной медицины,
Витебск, Республика Беларусь

Аннотация. В статье обосновывается значимость силовой подготовки в методико-практическом разделе учебной дисциплины «Физическая