

ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ ПОДГОТОВКА СТУДЕНТОВ ЭКОНОМИЧЕСКОГО ФАКУЛЬТЕТА

Р.А. Кашапова, старший преподаватель

В.Н. Пастухова, студент

**Уфимский филиал Финансового университета при правительстве РФ
(Россия, г. Уфа)**

***Аннотация.** В статье рассматриваются вопросы использования средств физической культуры и спорта, в процессе профессионально-прикладной физической подготовки студентов экономического факультета.*

***Ключевые слова:** профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП), физическая культура, студенты-экономисты.*

Дисциплина «Физическая культура» в вузах выступает как соединяющее условие образования и воспитания, духовно-нравственного развития и улучшение индивидуальных способностей студентов. Физическая культура является одним из основных, обязательных предметов.

В настоящее время существует несколько форм ППФП в системе физического воспитания, которые можно сгруппировать по следующему принципу: учебные занятия, самостоятельные занятия, массовые оздоровительные, физкультурные и спортивные мероприятия. Каждая из этих групп имеет одну или несколько форм исполнения ППФП, которые используются для всех студентов, или для их части. ППФП студентов на учебных занятиях проводится в форме теоретических и практических занятий.

Цель занятий ППФП-обеспечить будущих специалистов необходимыми знаниями, позволяющими правильно использовать средства физической культуры и спорта для подготовки к будущей профессии. Доказать необходимость профессионально-прикладной физической подготовки.

При определении содержания ППФП специалистов различных профессий нужно учитывать условия труда и требования к будущей профессии.

Каждая профессия имеет свою специфику и отличается требованиями, которые предъявляются к подготовке специалистов. Так, для разных профессий нужна своя физическая подготовка. Экономисты обладают частыми проблемами с болями в мышцах рук, сухожилиях кисти и пальцев. В связи с этим был проведен опрос «Какими профессиональными качествами должен обладать будущий экономист?»

Таблица 1. Опрос профессиональные качества экономиста

Склонность к работе с документацией	18%
Умение быстро ориентироваться в событиях	11%
Умственная работоспособность	9%
Эмоциональная уравновешенность и стрессоустойчивость	12%
Логичность мышления	12%
Математическое мышление	7%
Способность глобально мыслить	
Умение работать в команде	8%
Самодостаточность	

По данным таблицы, можно сделать вывод, что в группе 120БЭ-БД большинство студентов считают, что экономист должен обладать склонностью к работе с документацией - 18%, на втором месте профессиональные качества: эмоциональная уравновешенность и стрессоустойчивость и логичность мышления составляет 12%. На последнем месте умение работать в команде и самодостаточность - 8%.

Организация ППФП студентов в вузе предполагают подготовку специалистов как в учебное, так и в свободное время. В связи с этим были проведены опросы студентов группы 120БЭ-БД, в которых приняло участие 26 студентов. Был задан вопрос «Почему вы не посещаете спортивные секции в университете?» В результате обработки ответов были получены следующие данные:

Таблица 2. Посещение спортивных секций

<i>Нет времени, много учебы</i>	35%
<i>Нет желания</i>	27%
<i>Хожу в другие спортивные секции</i>	12%
<i>Посещаю спортивные секции в университете</i>	15%
<i>Другое</i>	12%

В группе 120 БЭ-БД студенты не посещают спортивные секции по причине отсутствия времени из-за учебы - 35%, меньшее количество студентов-27% студентов не посещают спортивные секции, потому что не имеют желание, 15% студентов посещают спортивные секции в университете и самое меньшее число студентов - 12% не посещают спортивные секции в университете, т.к. посещают другие спортивные секции.

Проведенное исследование позволило сделать вывод, что необходимо привлечь студентов для занятия физической культурой не только в учебное время, но и в свободное. Для этого необходимо выявить более востребован-

ные спортивные секции. Так же необходимо разработать комплекс упражнений, необходимый для профессионально-прикладной физической подготовленности студентов экономических вузов. Студентам экономического факультета необходимо координация движений рук, устойчивость в проявлении внимания. Для них рекомендуются упражнения, которые развивают аэробные возможности (бег, лыжи, плавание), спортивные игры (и т.д. волейбол, баскетбол, футбол, бадминтон). Необходимо выполнять общеразвивающие упражнения, такие как наклоны, приседания, вращение туловища.

Библиографический список

1. *Физическое воспитание* студентов и учащихся / под ред. Н.Я. Петрова, В.А. Соколова. – Минск: Вышэйшая школа. – С. 168-174.
2. *Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А.* Прикладная физическая подготовка. М.: Владос. – С. 87-89.
3. *Иванов Г.Д.* Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов. – С. 14-16.
4. *Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»* от 29.04.99 N 80-ФЗ

**PROFESSIONAL-APPLIED PHYSICAL TRAINING OF STUDENTS OF THE
ECONOMIC FACULTY****R.A. Kashapova**, *senior lecturer***V.N. Pastukhova**, *student***Ufa branch of the finance university under the Government of the Russian Federation
(Russia, Ufa)**

***Abstract.** The article deals with the use of physical culture and sports, in the process of professionally applied physical training of students of the Faculty of Economics.*

***Keywords:** professionally-applied physical training (PPPP), physical culture, students-economists.*