

**Спортивно-ориентирование физическое воспитание – новая педагогическая технология XXI века:** сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции (4 апреля 2014 г.) / под ред. К.В. Чедова, Д.В. Фонарева. – ФГБОУ ВПО ЧГИФК, Чайковский: ФГБОУ ВПО ЧГИФК, 2014. – С. 213-216.

**Е.С.ХАРУН , В.В.ХАЧАТРЯН Ю.О.ВОРОБЬОВА**

Национальный авиационный университет, Украина

## **РАЗВИТИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ КАЧЕСТВ У СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ ПИЛОТОВ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ НА ОСНОВЕ ТЕНЦЕВАЛЬНОЙ АЭРОБИКИ**

Современные технологии производства требуют от молодого специалиста максимальной умственной и физической работоспособности. Настоящее требует особого внимания к состоянию здоровья каждого человека, здорового образа его жизни, формирования специальных умений поддерживать необходимое состояние здоровья. Такие умения формируются с раннего возраста и на протяжении всей жизни, особенно интенсивным периодом считаются годы обучения молодежи в общеобразовательных школах и высших учебных заведениях.

Внедрение профессионально-прикладной физической подготовки в практику физического воспитания студентов технических вузов авиационного профиля создает предпосылки для сокращения сроков профессиональной адаптации, повышения профессионального мастерства, достижения высокой профессиональной работоспособности и производительности труда. Профессионально-прикладная физическая подготовка эффективно способствует укреплению здоровья, повышению устойчивости к заболеваниям, снижению травматизма.

В нашем исследовании мы предложили изменить содержание физической подготовки будущих пилотов в НАУ, а именно, нами была разработана программа физической подготовки, которая интегрально объединяет в себе общефизическую и профессионально-прикладную физическую подготовку на основе анализа профессиональной деятельности будущих пилотов.

Так, интегративная физическая подготовка будущих пилотов – рассматривается нами как интегральное новообразования специально организованного процесса овладения будущими пилотами производительными знаниями и навыками осуществлять дальнейшую профессионализацию. Интегративная физическая подготовка будущих пилотов направлена на гуманитаризацию и гуманизацию высшего технического образования, развитие личности и ее профессионализации и соблюдения целостности и системности содержания физической подготовки, применение в процессе интегративная

физическая подготовка специалистов летной сферы новых организационных форм и методов обучения на основе соответствующих технологий.

Согласно разработанной авторской программе, на I и II курсах обучения мы использовали аэробику как средство общей подготовки, направленный на развитие таких важных профессиональных качеств будущих пилотов, как выносливость, сила, гибкость, координация движений и таких психофизических качеств, как внимание, память, слух.

Ценность аэробики заключается в том, что темп движений и интенсивность выполнения упражнений задается ритмом музыкального сопровождения, при этом используется комплекс различных средств, которые положительно влияют на организм. Так, серии беговых и прыжковых упражнений влияют преимущественно на сердечно-сосудистую систему; наклоны и приседания – на двигательный аппарат. Кроме того, используя упражнения в партере, развивают силу мышц и подвижность в суставах, беговые – выносливость, танцевальные – пластичность. Под влиянием музыки движения становятся более четкими, ритмичными, координированными. Все это, по нашему мнению, является важным в подготовке будущих пилотов в вузах авиационного профиля.

Музыкально-ритмические движения помогают научиться владеть своим телом, координировать движения, согласовывая их с движениями всей группы, участие ориентироваться в пространстве, развивают основные виды движений, способствуют освоению элементов танцевальных движений, причем, в зависимости от выбора средств, занятия по аэробике могут иметь преимущественно атлетический, танцевальный, психорегулирующей или смешанный характер.

Контрольным тестом по аэробике было выполнение танцевальной комбинации на 64 счета (или более), которая оценивалась количеством ошибок при выполнении зачетной комбинации. Для определения уровня координации будущих пилотов в зависимости от выполнения различных элементов относились оценки от 1 до 4 баллов. Правильное одновременное выполнение оценивалось в 4 балла, неодновременное исполнения с одной ошибкой – 3 балла, неодновременное исполнения с двумя ошибками – 2 балла, с тремя и более ошибками – 1 балл.

Динамика результатов в течение четырех семестров показана на рис. 1, где видно, что в первом семестре, когда будущие пилоты только начали заниматься аэробикой, количество ошибок была достаточно высокой. Так, без ошибок выполнило задачу лишь 25 % студентов, с одной ошибкой – 22% студентов, с двумя ошибками – 38%, с тремя ошибками – 15 % студентов.

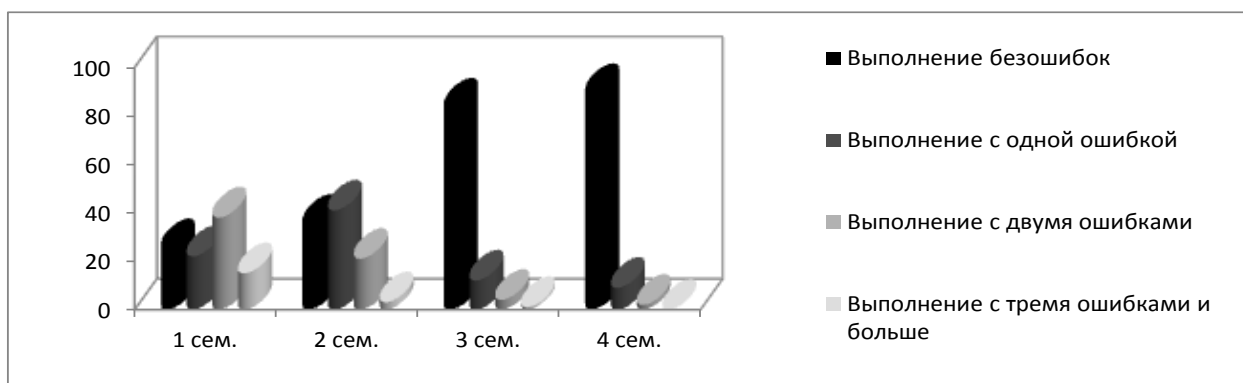


Рис. 1 Динамика результатов выполнения танцевальной комбинации (%)

В третьем семестре показатели менялись в лучшем направлении. Так, без ошибок выполнило 35%, с одной ошибкой – 41%, с двумя ошибками – 21% и с тремя ошибками – только 3% студентов. Дальнейшее применение аэробики в подготовке будущих пилотов на втором курсе показывает улучшение показателей. Без ошибок выполнило 83% в третьем и 89% студентов в четвертом семестрах, с одной ошибкой – 12% в третьем и 9% в четвертом семестрах, с двумя ошибками – 4% в третьем и лишь 2% в четвертом семестре, с тремя ошибками – лишь 1% в третьем семестре.

Результаты динамики уровня изменения физических показателей во время занятий профессионально-прикладной физической подготовкой позволяют предположить, что использование в качестве специализированных занятий по физическому воспитанию средств аэробики, возможно, развивать все необходимые профессиональные качества будущих пилотов.

Таким образом, в нашем исследовании было рассмотрено влияние аэробики на развитие профессиональных качеств будущих пилотов, где большое значение имеет рациональное соотношение общей и профессионально-прикладной физической подготовки, направленной на развитие и совершенствование важных качеств, всестороннюю и специальную подготовку мышечных групп, улучшающих устойчивость организма к вредным, неблагоприятным профессионально-производственным воздействиям.

Все вышесказанное дает основания считать, что совершенствование системы физического воспитания в высших учебных заведениях и использования средств профессионально-прикладной физической подготовки способствует достижению и поддержанию высокой физической, психической и умственной работоспособности студентов будущих пилотов и является важной составляющей профессионального образования будущих пилотов.