

пьютером и его программным обеспечением, так и в темах Государственного стандарта по информатике основной ступени образования, отражающих способность школьников находить идеи и решения информационных задач. Несомненно, что для достижения успеха ребятам основной школы требуется серьезная предпрофильная подготовка. И если она проводится систематически и качественно, то результат проявляется сразу. Все сказанное выше о связи государственного образовательного стандарта с содержанием ВсОШ по информатике остается справедливым и в отношении будущего Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, проект которого только обсуждался на момент написания данной статьи (<http://standart.edu.ru>).

Приведенное сравнение содержания ВсОШ по информатике и Государственного образовательного стандарта 2004 года по информатике и ИКТ показывает, что тот базис, который должен закладываться по информатике в общеобразовательных учебных заведениях, вполне достаточен для полноценного участия школьников на различных этапах ВсОШ по информатике, включая заключительный этап. Это еще раз подчеркивает, что мнение о том, что в олимпиадах могут участвовать только уникально одаренные школьники или подготовить школьников к участию в таких олимпиадах могут только очень квалифицированные педагоги, является всего лишь мифом.

#### Список литературы

1. Кирюхин В.М. Информатика. Всероссийские олимпиады. Вып. 3. — М.: Просвещение, 2010. — 220 с. — (Пять колец).
2. Kiryukhin V.M., Tsvetkova M.S. Strategy for ICT Skills Teachers and Informatics Olympiad Coaches Development. International Journal «Olympiads in informatics», 2010. Vol. 4, С. 30-51.

### К ВОПРОСУ О СОСТОЯНИИ ПРОФЕССИОНАЛЬНО- ПРИКЛАДНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ССУЗ МУЗЫКАЛЬНОГО ПРОФИЛЯ

**Коновалов И.Е.**

*Поволжская государственная академия  
физической культуры, спорта и туризма  
Набережные Челны, Россия*

Физическая культура в ССУЗ музыкального профиля, являясь частью гуманитарно-го цикла образования, выступает результирующей

мерой комплексного воздействия различных организационных форм, средств и методов общей и специальной подготовки на личность будущего специалиста в процессе формирования его профессиональной компетентности. Как учебная дисциплина, обязательная для всех специальностей, она служит целям сохранения и укрепления здоровья студента, его физического и духовного совершенствования, являясь характеристикой общей, физической и профессиональной культуры.

Накопленные годами опыт и знания о возможностях физической культуры в становлении личности будущего специалиста, подготовленного к профессиональной деятельности, и специфика ССУЗ музыкального профиля определяют выделение специального раздела физической культуры — профессионально-прикладная физическая культура (ППФК).

Исследованию вопросов ППФК музыкантов, посвящены работы таких авторов как П.П. Степанов, М.П. Галичаев, Ю.В. Дудкина и другие. Специалисты, работающие по данной проблематике, в основном проводили свои исследования в высших учебных заведениях музыкального профиля, в ССУЗ же данный вопрос практически не изучался.

ССУЗ музыкального профиля имеют свои особенности, основной из которых, является возраст обучающихся от 15 до 18 лет. Данный возраст относится к двум группам: подростковой и юношеской. Продолжающийся онтогенез в эти возрастные периоды позволяет позитивно влиять не только на физическое здоровье обучающихся, но и через внедрение ППФК в учебно-воспитательный процесс корректировать их исполнительскую технику, а также минимизировать различные отклонения здоровья связанные с профессиональной деятельностью.

Профессионально-прикладная физическая культура — это специальный раздел физической культуры, направленный на оптимизацию условий развития психофизических качеств и физиологических способностей человека в процессе профессиональной деятельности.

ППФК как любое целостное педагогическое явление, имеет свою цель, задачи, функции и структуру.

Цель ППФК — содействовать освоению конкретной профессии, достижение необходимого уровня культуры, профессиональной дееспособности и психофизической готовности к труду.

#### Задачи ППФК:

- способствовать воспитанию профессионально-прикладной физической культуры личности: ценностное отношение к своему здоровью, физической культуре и профессиональной деятельности;

- способствовать расширению арсенала профессионально-прикладной физической подготовки для формирования прикладных двигательных действий и улучшения тех психофизических качеств, которые, прежде всего, необходимы в конкретной профессиональной деятельности;

- способствовать формированию профессиональной психофизической готовности специалиста: обеспечение эффективной адаптации организма к сложным факторам профессиональной деятельности, увеличению диапазона функциональных возможностей организма.

#### **Функции ППФК**

Специфическая функция обеспечивает содействие развитию и оптимизации условий функционирования двигательного компонента профессиональной деятельности: профессионально важные физические качества, двигательные умения и навыки.

Общеприкладная функция призвана оптимизировать другие компоненты (помимо двигательного), а также условия профессиональной деятельности: укреплять и сохранять профессиональное здоровье, способствовать формированию необходимых личностных качеств, повышать и поддерживать на необходимом уровне профессиональную работоспособность.

Социокультурная функция ППФК состоит в обеспечении гармонии физического состояния в соответствии с ведущейся в жизни каждого человека трудовой деятельностью, социализации личности, межличностного общения, общего благополучия.

#### **Структура ППФК**

В качестве элементов структуры ППФК можно выделить: профессионально-прикладная физическая культура личности, профессионально-прикладная физическая подготовка, профессиональная психофизическая готовность к условиям трудовой деятельности.

При изучении первого элемента ППФК нами определено, что основным условием воспитания профессионально-прикладной физической культуры личности является формирование механизмов саморазвития и мотивации самосовершенствования, что в свою очередь, невозможно без ценностного отношения к своему здоровью, к физической культуре и к профессиональной деятельности.

Решение этой задачи, на наш взгляд, является наиболее актуально для современной практики среднего профессионального музыкального образования, так как ценностные ориентиры делают процесс обучения более осознан-

ым, придающим личности направленность на достижение главных жизненных и профессиональных целей.

Вторым элементом ППФК является профессионально-прикладная физическая подготовка (ППФП).

Каждая профессия предъявляет к специалисту определенные требования, связанные с уровнем развития его психофизических качеств и прикладных умений. В связи с этим возникает необходимость при подготовке специалиста к трудовой деятельности, применение ППФП.

Профессиональная деятельность музыкантов связана с большими нервно-психическими и физическими нагрузками, поэтому при проведении ППФП, крайне важно уметь точно составить профессиограмму. В профессиограмму обязательно должны включаться такие показатели как характеристика факторов, определяющих содержание видов труда музыканта, а так же требования к психофизическим способностям.

Каждой музыкальной профессии присуща своя рабочая поза. С физиологической точки зрения состояние позы представляет собой исходное положение для активных действий, в профессиональной деятельности музыканта используются рабочие позы стоя и сидя. Так, характерная сидячая поза музыканта, в которой он пребывает часами (как правило от 4 до 6 часов в день), предъявляет определенные требования к силе мышц рук, плечевого пояса и туловища. А вынужденная рабочая поза стоя с определенным положением головы, туловища и рук часто приводит к значительным перегрузкам различных отделов позвоночника и мышечных групп. Рабочая поза, сидя менее утомительна, чем рабочая поза, стоя и в некоторых случаях может рассматриваться как более удобная. Однако длительная работа в положении сидя у музыкантов, особенно с наклоненным туловищем, кроме усталости мышц спины и шеи, часто приводят к развитию застойных явлений в нижних конечностях, брюшной и тазовой областях, а также к растягиванию и ослаблению мышц плечевого пояса и разгибателей спины. Такая ограниченная двигательная активность ухудшает профессиональную работоспособность, оказывает отрицательное кумулятивное воздействие на жизненно важные функции и системы организма, приводит к большому количеству ошибок при игре на музыкальном инструменте.

Условия, в которых обычно происходит, профессиональная деятельность музыкантов, часто не соответствуют гигиеническим нормам

и требованиям. Уровень освещенности, шума, вентиляция помещения, сквозняк и некоторые другие факторы влияют на качество музицирования, а также являются причиной возникновения у музыкантов различных заболеваний, в том числе профессиональных.

Уровень освоения исполнительской техники музыкантами зависит от уровня развития двигательных способностей, овладение, которыми в полной мере зависит от уровня развития физических качеств.

Третьим элементом ППФК является профессиональная психофизическая готовность специалиста к предстоящей трудовой деятельности.

Профессиональная психофизическая готовность это оптимальный уровень профессиональной работоспособности, включающий в себя: наличие необходимого резерва физических и функциональных возможностей организма для своевременной адаптации к быстро меняющимся условиям среды, объему и интенсивности труда; способность к полному восстановлению в условиях лимита времени и наличия мотивации в достижении цели, базирующихся на физических, психических и духовных возможностях человека.

Вопросы оценки профессиональной психофизической готовности музыканта, долгосрочного прогнозирования и диагностики состояния его психофизических качеств и функциональных способностей, как в условиях обычной трудовой деятельности, так и в условиях экстремальных физических и психоэмоциональных нагрузок занимают особое положение по своей актуальности и практической значимости.

Необходимо осуществлять постоянный мониторинг уровня профессиональной психофизической готовности обучающихся посредством реализации системы превентивной диагностики и оперативной коррекции. Систематизация взаимосвязи множества факторов, влияющих на профессиональную психофизическую готовность специалиста, с помощью обобщенной характеристики, описывающей множество физиологических, физических, психических и клинко-биохимических структур, где первичную роль играет человек, а вторичную — система, осуществляющая контроль за его состоянием позволяют эффективно проводить эти мероприятия.

Данный подход оценки, включающий в себя соотношение профессионально значимых качеств и требований профессиональной деятельности, позволяет эффективно проводить диагностику и корректировку, а также давать количественную оценку профессиональной психо-

физической готовности будущих специалистов к конкретной трудовой деятельности.

Таким образом, на основании изложенного выше можно сделать следующие выводы:

1. Накопленные годами опыт и знания о возможностях физической культуры в становлении личности будущего специалиста, подготовленного к профессиональной деятельности, и специфика ССУЗ музыкального профиля определяют выделение специального раздела физической культуры — профессионально-прикладная физическая культура (ППФК).

2. Профессионально-прикладная физическая культура, как часть общей, физической и профессиональной культуры обусловлена тем, что каждая профессия имеет свою специфику, предъявляет определенные требования к специалисту, к его культуре, психофизическим способностям, готовности к профессиональной деятельности.

3. ППФК как любое целостное педагогическое явление, имеет свою цель, задачи, функции и структуру. В качестве элементов структуры ППФК нами определены: 1) профессионально-прикладная физическая культура личности; 2) профессионально-прикладная физическая подготовка; 3) профессиональная психофизическая готовность специалиста к условиям трудовой деятельности.

#### Список литературы

1. Галичаев, М.П. Физическая культура музыканта / М.П. Галичаев. — Ростов-на-Дону: РГК им. С.В. Рахманинова, 1996.

2. Дудкина, Ю.И. Формирование профессионально-прикладной физической культуры студентов музыкальных специализаций в вузе культуры и искусств. / Ю.И. Дудкина. — М.: МГУКИ, 2006.

3. Коновалов, И.Е. Программа формирования профессионально-прикладной физической культуры музыкантов-инструменталистов / И.Е. Коновалов. — Набережные Челны: РИО КамГИФК, 2007.

4. Коновалов, И.Е. Теоретические основы профессионально-прикладной физической подготовки музыкантов-инструменталистов ССУЗ // Педагогико-психологические и медико-биологические проблемы физической культуры и спорта. / И.Е. Коновалов. — Электронный журнал [Электронный ресурс: Режим доступа: <http://kamgifk.ru/magazin/journal.htm>]. — 2008. — № 3 (8).

5. Степанов, П.П. Особенности физического воспитания в музыкальных учебных заведениях. / П.П. Степанов. — Астрахань: АГК, 1990.