

УДК 636.085.22

## **ВЛИЯНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ СЕЛЬСКОХОЗЯЙСТВЕННЫХ ВУЗОВ НА ИХ ПРОФЕССИОНАЛЬНУЮ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

*А.В. Масленникова, аспирант 3 года обучения  
Т.А. Морозова, кандидат педагогических наук, доцент  
кафедры гуманитарных дисциплин, заведующая кафедрой  
гуманитарных дисциплин  
ФГБОУ ВО Ярославская ГСХА, г. Ярославль, Россия  
maslennikova\_nastena@mail.ru*

**Ключевые слова:** спорт, студенты, профессиональная деятельность.

*Спорт помогает встретиться с интересными людьми, наладить дружеские взаимоотношения, испытывать радость общения и чувствовать себя обновленным. Вместе с этим приходит и необходимость самостоятельной оценки своих физических возможностей и, в соответствии с этим, реально рассчитывать свои силы.*

Положительное влияние физической культуры на жизнь студента и на его профессиональную деятельность в частности неоспоримо[1].

Для изучения этого влияния учитываются как постоянно существующие факторы, которые не менялись на протяжении многих лет, так и веяния новых времен, которые ставят перед человеком задачу все больше и больше совершенствоваться и всесторонне развиваться[2].

Кроме того, значение и роль физической культуры рассматриваются с позиций не только различных возрастных категорий людей, но и с позиций их социальной и профессиональной ориентации. Именно по этому критерию и оценивается значение физической культуры в профессиональной деятельности людей, включая как профессии высокоинтеллектуального уровня, так и различные рабочие профессии. Для каждой категории работников предъявляются разные требования к состоянию работника, его физической силе, здоровью[3,4].

Систематические занятия физическими упражнениями положительно влияют на организм человека. Занимающиеся физическими упражнениями имеют более высокие показатели физического развития и физической подготовленности (общей и специальной выносливости, силовых и скоростных показателей, координации движений) по сравне-

нию с не занимающимися. Они успешнее справляются с производственными нормами[5].

Данная тема является достаточно актуальной в любое время, т.к. здоровье – самое важное, что есть у человека. Здоровый человек приносит больше пользы на работе и в повседневной жизни. Такой человек более выносливый, жизнерадостный и активный.

Цель и задача нашей публикации привлечь студентов начать заниматься спортом, раскрыть взаимосвязь спорта с будущей профессией.

**Материал и методы исследований.** Мотивация к физической активности – особое состояние личности, направленное на достижение оптимального уровня физической подготовленности и работоспособности. Процесс формирования интереса к занятиям физической культурой и спортом – это не одномоментный, а многоступенчатый процесс: от первых элементарных гигиенических знаний и навыков до глубоких психофизиологических знаний теории и методики физического воспитания и интенсивных занятий спортом.

Материалы были взяты из собственных исследований и практики спорта в студенческой жизни.

Из анализа научной и учебно-методической литературы, опроса и анкетирования студентов различных специальностей сельскохозяйственной академии, педагогического наблюдения, выявлено, что всего лишь около половины всей студенческой молодежи все же предпочитают заниматься спортом.

**Результаты исследований.** Моя спортивная деятельность началась с раннего возраста, это была и гимнастика и плавание и легкая атлетика. Однажды на семейной прогулке 1 сентября 2002 года мы увидели клуб «САМБО И ДЗЮДО» и решили туда записать моего брата. Зашли, познакомились с тренером, на что предложение пало и в мой адрес, и я согласилась. Будучи школьницей, я побывала во многих городах России, боролась на различных соревнованиях. Познакомилась с множеством интересных спортсменов и тренеров и в 2011 году я получила звание «Мастера спорта России» по дзюдо.

Этот год для меня был важен не только в спортивной деятельности, но и выборе института и профессии на всю жизнь. Выбор был очень тяжелый между любви к спорту и любви к животным. В результате я поступила на факультет ветеринарной медицины и зоотехнии.....

Сменив сферу деятельности, спорт не ушел из моей жизни, а разбавился дополнительными яркими красками. В мою жизнь вошел но-

вый вид спорта – амреслинг. Благодаря спорту моя студенческая жизнь была по настоящему насыщенной и останется в памяти на долгие годы. За четыре года обучения в академии я привезла более 20 побед.

Соревнования проходили в различных городах России, самые важные финальные поединки для меня состоялись на универсиаде в 2013 году в городе Ижевск и на универсиаде в 2015 году в городе Краснодаре. Соперники были со всех сельскохозяйственных вузов страны.

До финала дойти было очень тяжело, но благодаря тренеру и команде, медали были привезены в академию. Было очень интересно знакомиться с командами из других городов, помимо спорта нас объединяла ещё и профессия.

Со многими ребятами наше общение переросло в крепкую дружбу, мы общаемся теперь на темы профессиональной деятельности. Передаем опыт и профессиональные навыки друг другу, новинки и технологии сельского хозяйства теперь с разных регионов страны.

Ради такой поддержки и веры в нас хотелось не только завоевывать медали, но и выучить все параграфы на весь семестр вперед!

Конечно, преподаватели любят целеустремленных спортсменов, но профессия и есть профессия. Миф о том, что спортсменам ставят, зачеты просто так хочу, сразу развеять. Не один достойный спортсмен не хочет быть глупым. Мы пропускали занятия, но каждую поездку на соревнования мы брали с собой книги и писали лекции, а кто-то и даже курсовые прямо в поезде. Все преподаватели шли на встречу, давали задания на отработку пропущенных часов, резервные дни для пересдачи курсовых и контрольных.

Мы часто встречаемся с ребятами из спортивной команды после выпуска. Все уже работают в сельскохозяйственных предприятиях, занимают высокие должности и выделили один важный момент, что спорт в нашей жизни сыграл очень важную роль.

Спорт помогает встретиться с интересными людьми, наладить дружеские взаимоотношения, испытывать радость общения и чувствовать себя обновленным. Вместе с этим приходит и необходимость самостоятельной оценки своих физических возможностей и, в соответствии с этим, реально рассчитывать свои силы. Для наших профессий будь ты зоотехником, агрономом, инженером немало важно иметь опыт в общении с людьми. Работа с сотрудником является очень сложной деятельностью. Здесь нужно иметь огромную выдержку и хорошее физическое состояние. Ведь порой, за рабочий день тратится гораздо

больше сил и энергии, чем при работе с техникой, животными и зоотехническими программами.

Нужно уметь понимать мысли и настроения к любому сотруднику фермы или гаража. К любому оператору машинного доения, скотнику, трактористу, а также находить подход к нашим подчиненным, вне зависимости от их характера. Тогда и вы сами будете довольны своей работой, и люди будут впоследствии вам очень благодарны.

Физические нагрузки, активное движение очень благотворно сказываются на успехах в умственном труде. Устойчивость и активность памяти, внимания, восприятия, переработки информации прямо пропорциональны уровню физической подготовленности. Различные психические функции во многом зависят от определенных физических качеств – силы быстроты, выносливости и др. Следовательно, должным образом организованная двигательная активность и оптимальные физические нагрузки до, в процессе и после окончания умственного труда способны непосредственно влиять на сохранение и повышение умственной работоспособности.

Оценив общее значение физической культуры в жизни выпускника, определив основные причины, почему нужно заниматься физической культурой можно перейти к объяснению причин, по которым некоторые работодатели предъявляют своим работникам требования относительно их физического состояния и здоровья.

Во-первых, надо определить какие все-таки требования, предъявляют работодатели к выпускникам при приеме на работу. Конечно, они ждут проявления высоких профессиональных качеств. Но помимо этого, разве нужен работодателям физически слабый работник, часто страдающий различными заболеваниями, плохо переносящий различные физические нагрузки, которыми так полна работа в сельском хозяйстве. Конечно, работодателю нужен здоровый, физически подготовленный работник, который не боится трудностей и хорошо справляется с нагрузками, так как имеет хорошую физическую форму.

Какими же причинами обусловлены такие требования к физической форме работников со стороны работодателей? Набирающий скорость движения научно-технический прогресс приводит, безусловно, к облегчению человеческого труда, однако он вносит новые трудности в нашу жизнь и создает новые формы и виды труда, хотя и более автоматизированного и механизированного, но тем не менее требующего физических затрат от человека. Для выполнения даже самой “легкой”

работы в смысле физической силы, человеку требуется потратить определенное количество энергии. Для кого-то это не проблема, энергию он получает благодаря занятиям физической культурой, быстро восстанавливает потерянную силу и быстро и легко выполняет работу и поставленные перед ним задачи.

В сельскохозяйственной работе много стрессов и нервных потрясений, поэтому роль физической подготовки очень важна для устойчивого морального и физического состояния, которое позволяло бы оперативно решать возникающие проблемы.

Все перечисленные выше факторы и причины, по которым сельскохозяйственным предприятиям, требуются физически подготовленные и здоровые работники определяют значение и роль физической культуры в профессиональной деятельности выпускников сельскохозяйственных академий.

**Выводы.** Обучающимся в любых учебных заведениях, но особенно в сельскохозяйственных, необходимо задуматься, и положить в основу занятия спортом, физической культурой. Человек, ведущий здоровый образ жизни – полноценный и полноправный член современного общества. Для таких людей любые проблемы, которые встретятся на их пути, не станут помехой, они справятся с ними, так как закалены физически, а, значит, и подкованы морально.

*Библиографический список:*

1. Алексеев, С.В. Физическая культура и спорт в Российской Федерации: новые вызовы современности: Монография / С.В. Алексеев, Р.Г. Гостев, Ю.Ф. Курамшин. – М.: Теория и практика физической культуры, 2013. – 780 с.
2. Барчуков, И.С. Физическая культура: Учебник для студентов учреждений высшего профессионального образования / И.С. Барчуков; Под общей редакции Н.Н. Маликов. – М.: ИЦ Академия, 2013. – 58 с.
3. Виленский, М.Я. Физическая культура и здоровый образ жизни студента: Учебное пособие / М.Я. Виленский, А.Г. Горшков. – М.: КноРус, 2013. – 240 с.
4. Кобяков, Ю.П. Физическая культура. Основы здорового образа жизни: Учебное пособие / Ю.П. Кобяков. – Рн/Д: Феникс, 2012. – 25 с.
5. Мельников, П.П. Физическая культура и здоровый образ жизни студента (для бакалавров) / П.П. Мельников. – М.: КноРус, 2013. – 240 с.

## THE INFLUENCE OF THE PHYSICAL TRAINING OF AGRICULTURAL UNIVERSITIES GRADUATES ON THEIR PROFESSIONAL ACTIVITIES

*Maslennikova A.V., Morozova T.A.*

**Key words:** *sports, students, professional activity.*

*Sport helps you meet interesting people, build friendships, experience the joy of communication and feel refreshed. Along with this comes the need to independently assess their physical capabilities and, in accordance with this, to really calculate their strengths.*