



Київський національний торговельно-економічний університет  
Вінницький торговельно-економічний інститут

# СЕРТИФІКАТ

підтверджує участь

Сертифікат № 048  
Кафедра фізичного  
виховання та спорту

**Бочарової Віри Борисівни**

у міжвузівському круглому столі  
«Історичні аспекти зародження і розвитку видів спорту»

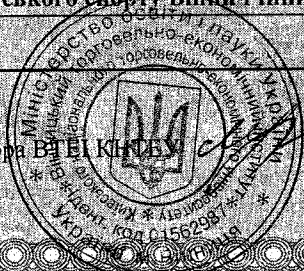
Тема доповіді Розвиток студентського спорту Вінниччини

Жовтень 23, 2019

Т.в.о. директора ВТЕІ КНТЕУ

*Л.Б. Мартинова*

Наказ від 18.10.2019 № 191



**Бочарова Віра Борисівна**

*Вінницький національний аграрний університет*

## **РОЗВИТОК СТУДЕНТСЬКОГО СПОРТУ ВІННИЧЧИНИ**

**Актуальність теми дослідження.** Сучасна науково-технічна революція робить постійний вплив на життєдіяльність людини. Однак цей вплив не завжди сприятливо відбивається на здоров'ї і життєдіяльності організму людини, на його професійній працездатності – через недостатню рухову активність організм де тренується, створюються нервово-емоційні перенапруги, несприятливо впливає зовнішнє середовище, що погіршується, і ін.

**Мета.** Вплив цих чинників на представників різних професійних груп збільшується тим, що в даний час природна фізіологічна адаптація людини вже не в змозі поспівати за темпом і умовами життя, що змінюються. Як наслідок у людей, виникають підвищена нервово-психологічна втома, стомлення, знижується працездатність, можуть виникати різні захворювання. У суспільстві проводиться: спеціально організована нейтралізація виникаючих негативних явищ (чи зведення їх до мінімуму) загально-соціальними заходами, спрямованими на, поліпшенні умов праці і побуту трудящих. При цьому основна увага, приділяється активним мірам профілактики для подолання тих негативних. наслідків, що зв'язані з технічним прогресом.

**Результати дослідження.** Рішенням цієї складної комплексної проблеми займаються фахівці різного профілю, у тому числі фахівці фізичної культури, що досліджують функціональні можливості здорової людини і резерви підвищення його дієздатності в різних умовах виробництва і побуту. У результаті встановлено, що адаптаційні можливості організму людини надзвичайно великі. Прикладом тому може служити високий рівень

спеціальної психофізичної підготовленості космонавтів до незвичайних умов роботи в космосі, а також видатного досягнення спортсменів у різних видах спорту, найчастіше перевищуючі сформовані уявлення про можливості організму людини, Таким чином, сучасна науково-технічна революція породжує ряд чинників, що визначають необхідність спеціальної психофізичної підготовки людини до професійної праці і загальну спрямованість такої підготовки.

Однак фізичні можливості людини, фізіологічна межа інтенсивності його праці дуже еластичні і можуть бути змінені під впливом спрямованого застосування засобів фізичної культури і спорту. Доведено сприятливий вплив методично правильно організованих занять фізичною культурою і спортом у режимі праці і відпочинку для забезпечення високої інтенсивності і продуктивності праці. Такі заняття підвищують рівень функціональних можливостей, фізичну й емоційну стійкість, знижують захворюваність, забезпечують прискорення процесу вираховування, здатність до тривалого збереження оптимального темпу, швидкості й економичності робочих рухів.

Усі вищевикладені положення підкреслюють важливість і необхідність ППФП майбутніх фахівців у період їхнього навчання у вузі для забезпечення їх фізичної і психічної готовності до оптимальної інтенсивності праці; створення передумов успішного професійного навчання і підвищення кваліфікації; підтримки і відновлення працездатності в робочий час і після напруженого трудового дня.

**Висновки.** Таким чином, цілий ряд розглянутих нами чинників указує на те, що ППФП студентів не повинна звужуватися до рівня вузької спеціалізації, а повинна мати широку професійну основу і будуватися з урахуванням далекої перспективи роботи майбутнього фахівця в народному господарстві. У цьому зв'язку ще раз підкреслюється значення різнобічної фізичної підготовки, що є основою ППФП студентів до їх майбутньої професії.