**Профессионально - прикладная физическая подготовка студентов медицинского колледжа.**

*Аитбаева Гульнар Раисовна, преподаватель.*

*Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение Республики Башкортостан «Сибайский медицинский колледж», ГО г.Сибай. (ГАПОУ РБ «Сибайский медицинский колледж»).*

С начальных этапов развития человеческого общества физическое воспитание молодого человека всегда было одним из активнейших средств его подготовки к охоте, тяжелейшим и опаснейшим формам труда, к военной деятельности. Выделение физических упражнений и игр из трудовых движений в относительно самостоятельный вид деятельности, в ритуально-спортивные элементы, прослеживается в период от 40 до 25 тысячелетий до нашей эры, то есть еще в каменном веке.

По прошествии веков, изменились условия труда и быта, но оставалось неизменной важность применения физических упражнений в целях подготовки к ним. Более того, в современную эпоху необходимость применения средств физической культуры в этих целях резко возросла.

Так, например, в связи с комплексной механизацией и автоматизацией трудовых процессов, широким применением вычислительных средств существенно уменьшилась доля физического труда в производстве. Человек попал в условия недостаточной двигательной активности (гиподинамии). Появилось также много экологически вредных для человека производств, что привело к росту числа профессиональных заболеваний. С другой стороны, многие трудовые процессы стали требовать быстрых и точных действий, не редко довольно сложных по координации движений.

В подготовке человека к подобным условиям труда большую роль могут сыграть средства физической культуры. В ее науке и практике накоплено много фактов, указывающих на то, что разносторонняя физическая подготовленность создает положительные предпосылки для специализированного развития организма.

Известно, что существует явление положительного переноса физических качеств, навыков человека с одного вида двигательной деятельности на другой, способствовать хорошей тренировке организма, противостоять действию неблагоприятных факторов внешней и внутренней среды. И что, несомненно, существует перенос в любую сферу деятельности психических качеств и свойств личности, преобразованных должным образом в процессе целенаправленной физкультурно-спортивной деятельности. Все это и создает возможность, заранее подготовить человека к трудовой деятельности, путем направленного применения специализированных физических упражнений, то есть сформировать в нем определенные стороны профессиональной культуры.

Из вышесказанного ясно, что обучение дисциплине «Физическая культура» должно обеспечивать профессиональную направленность.

В Сибайском медицинском колледже получают специальность будущие акушеры, фельдшеры, медицинские сестры. Их труд принадлежит к числу наиболее сложных, напряженных и ответственных видов человеческой деятельности. Он отличается большой умственной нагрузкой, требует внимания, высокой работоспособности и всегда значительных усилий и выносливости. Эффективность и качество работы медицинского работника во многом зависит от состояния здоровья, функциональной и физической подготовленности.

Физическая подготовка студента-медика определяется спецификой его будущей профессиональной деятельности. Медицинский работник должен быть всесторонне физически и духовно развитой личностью, способной активно действовать в условиях глобального кризиса и катастроф. Это предполагает переориентацию целей и смысла физического воспитания студентов-медиков в колледже с упором на роль этого предмета, так как для медика на первый план выдвигается потребность во взятии ответственности на себя не только за свою судьбу, но и за судьбу многих людей.

Специальные исследования показывают, что для успешной работы медицинскому работнику необходимы следующие профессиональные качества:

-высокий уровень общественной и профессиональной направленности личности, преданность делу, добросовестность, чувство коллективизма, честность;

-знания, умения, навыки и профессиональные привычки в использовании физической культуры в режиме труда и отдыха;

- высокая работоспособность, нормальное функционирование и надежность сердечно -сосудистой, дыхательной и мышечной систем, а также систем терморегуляции, зрительного, слухового и вестибулярного анализаторов;

-физические качества: общая выносливость, быстрота реакции, ловкость и координация движений;

-специализированные физические качества: устойчивость к гиподинамии (способность к длительному пребыванию в положении сидя или стоя с недостаточным количеством движений и мышечных усилий), устойчивость к укачиванию при передвижениях на различных транспортных средствах, устойчивость к резким колебаниям температуры;

-специализированные психические качества: наблюдательность, переключение и концентрация внимания, долговременная и оперативная память, эмоциональная устойчивость, дисциплинированность, самообладание, смелость, решительность, стойкость.

Задача ППФП, стоящая перед специалистами физического воспитания, - научить студентов-медиков использовать необходимые средства физической культуры и спорта для повышения общей и специальной профессиональной физической работоспособности, снятие психического и нервного напряжения, имеющих существенное значение для их будущей профессиональной деятельности.