

ЗНАЧЕНИЕ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ В ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКЕ СПЕЦИАЛИСТОВ ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА

Кувалдина И. Н.¹, Кокорина Д. О.²

¹Северный (Арктический) федеральный университет имени М. В. Ломоносова, г. Архангельск, Россия, e-mail: cuvaldina.i@yandex.ru

Аннотация: В статье рассматривается значение физической культуры в профессиональной подготовке специалистов железнодорожного транспорта. Данная тема актуальна в условиях современных требований к безопасному и эффективному функционированию железнодорожной отрасли. Физическая культура рассматривается как неотъемлемая часть подготовки специалистов, способствующая развитию необходимых профессиональных навыков и качеств. Обсуждаются ключевые аспекты влияния физической культуры на профессиональные характеристики, такие как повышение работоспособности, улучшение координации движений, развитие силы и выносливости. В заключении обозначается необходимость в занятиях физической культуры для создания гармонично развитых, готовых к эффективной трудовой деятельности специалистов железнодорожного транспорта.

Ключевые слова: физическая культура, профессиональная подготовка, специалисты железнодорожного транспорта, сила, выносливость, координация движений, повышенная работоспособность, физическая подготовка, значение физической культуры, профессиональные навыки, физические качества.

THE IMPORTANCE OF PHYSICAL EDUCATION IN PROFESSIONAL TRAINING OF RAILWAY TRANSPORT SPECIALISTS

Kuvaldina I. N.¹, Kokorina D. O.²

¹Northern (Arctic) Federal University named after M.V. Lomonosov, Arkhangelsk, Russia, e-mail: cuvaldina.i@yandex.ru

Annotation: The article discusses the importance of physical education in the professional training of railway transport specialists. This topic is relevant in the context of modern requirements for the safe and efficient operation of the railway industry. Physical culture is considered as an integral part of specialist training, contributing to the development of necessary professional skills and qualities. The key aspects of the influence of physical culture on professional characteristics, such as increasing performance, improving coordination of movements, developing strength and endurance, are discussed. In conclusion, the need for physical education classes is outlined to create harmoniously developed railway transport specialists ready for effective work.

Keywords: physical education, vocational training, railway transport specialists, strength, endurance, coordination of movements, increased performance, physical fitness, the importance of physical education, professional skills, physical qualities.

В современном мире проблема развития физических качеств и двигательных способностей у специалистов железнодорожного транспорта становится все более актуальной. В данной статье рассматривается влияние занятий физической культуры и спорта на развитие физических качеств в профессиональной подготовке специалистов железнодорожного транспорта.

Целью исследования является выявление роли и значения физической культуры в системе профессиональной подготовки специалистов железнодорожного транспорта.

К задачам исследования можно отнести следующее:

1. Узнать, кто такой специалист железнодорожного транспорта;
2. Рассмотреть значение физической культуры и формировании профессионально значимых качеств работников железнодорожной отрасли;
3. Обосновать роль и значение физической культуры, а также рассмотреть профилактику заболеваний в системе профессиональной подготовки специалистов железнодорожного транспорта.

Рассмотрим определение «специалист железнодорожного транспорта». Специалист железнодорожного транспорта – это специалист, работающий в сфере железнодорожного транспорта и занимающийся различными аспектами функционирования, обслуживания и развития железных дорог. Это широкое понятие, включающее в себя множество профессий, связанных с эксплуатацией, ремонтом, строительством и проектированием железнодорожных путей, станций, подвижного состава и других элементов инфраструктуры. Железнодорожники могут специализироваться как на пассажирских, так и на грузовых перевозках, занимаясь различными операциями, от диспетчеризации и управления движением поездов до обслуживания пассажиров и технического обслуживания подвижного состава [1]. Таким образом, профессия - специалист железнодорожного транспорта является одной из трудных профессий и требует хорошей физической подготовки.

Рассмотрим значение физической культуры в формировании профессионально значимых качеств работников железнодорожной отрасли. В настоящее время происходит постоянное усовершенствование и развитие современной техники и технологии производства, в связи с этим в профессиональной подготовке специалистов железнодорожного транспорта произошло снижение физической нагрузки и объема двигательной активности [2]. Но физическая культура все равно занимает важное место в отрасли железнодорожников, поскольку она способствует формированию профессионально значимых качеств, необходимых для успешной работы. К ним относятся: физическая выносливость, координация и ловкость, сила, высокая психоэмоциональная устойчивость, развитие командной работы. Также сюда можно отнести профилактику заболеваний, например, скелетно-мышечное расстройства. Таким образом, физическая культура играет ключевую роль в формировании профессионально значимых качеств работников железной дороги. Она способствует развитию физических, социальных, психоэмоциональных характеристик, необходимых для безопасной и комфортной работы.

Железнодорожная отрасль постоянно развивается наряду с заболеваниями, которые можно приобрести на железной дороге. Профилактика заболеваний в сфере железнодорожного транспорта – это очень важный аспект в системе профессиональной подготовки. К ней можно отнести: создание здорового образа жизни, коррекция рабочего места, специальные программы физической подготовки, мониторинг состояния здоровья.

На основании всего вышесказанного можно сделать вывод, что физическая культура имеет важное значение в подготовке специалистов железнодорожного транспорта, способствуя формированию необходимых профессиональных и личных качеств. Она не только поддерживает физическое и психоэмоциональное состояние работника, но и эффективно предотвращает заболевания, что особенно важно в условиях высокой ответственности и интенсивного труда. Интеграция физической культуры помогает создать более здоровую, продуктивную и безопасную рабочую среду.

Список литературы

1. Баландова Ольга Борисовна, Ревякин Юрий Терентьевич Особенности профессионально-прикладной физической подготовки студентов железнодорожного техникума // Вестник ТГПУ. 2013. №13 (141). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-professionalno-prikladnoy-fizicheskoy-podgotovki-studentov-zheleznodorozhnogo-tehnikuma> (дата обращения: 08.11.2024).
2. «Белов, Д.О. Профессиографический анализ деятельности специалистов хозяйства электроснабжения на железнодорожном транспорте / Д.О. Белов // Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. — 2018. — № 1. — С. 54-58. — ISSN 2542-0445. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/310433> (дата обращения: 08.11.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей.» (Белов, Д.О. Профессиографический анализ деятельности специалистов хозяйства электроснабжения на железнодорожном транспорте / Д.О. Белов // Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. — 2018. — № 1. — С. 54-58. — ISSN 2542-0445. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/journal/issue/310433> (дата обращения: 08.11.2024). — Режим доступа: для авториз. пользователей. — С. 1.).
3. Галимов Геннадий Яковлевич, Садовский В. А. Формирование личности специалиста железнодорожного транспорта средствами физической культуры // Вестник БГУ. Образование. Личность. Общество. 2012. №5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/formirovanie-lichnosti-spetsialista-zheleznodorozhnogo-transporta-sredstvami-fizicheskoy-kultury> (дата обращения: 08.11.2024).

4. Жукова Елена Игоревна Значение занятий физической культурой в профессиональной подготовке специалистов железнодорожного транспорта // Крымский научный вестник. 2017. №1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/znachenie-zanyatiy-fizicheskoy-kulturoy-v-professionalnoy-podgotovke-spetsialistov-zheleznodorozhnogo-transporta> (дата обращения: 08.11.2024).

5. Садовский Василий Александрович Концепция профессионально-отраслевой физической культуры специалистов железнодорожного транспорта // Ученые записки университета Лесгафта. 2010. №6 (64). URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/kontsepsiya-professionalno-otraslevoy-fizicheskoy-kultury-spetsialistov-zheleznodorozhnogo-transporta> (дата обращения: 08.11.2024).