

Компетентностный подход к формированию психофизической готовности студентов, будущих специалистов высшей квалификации на этапе их обучения в вузе

Ю.М. Прохоров

Учреждение образования «Витебский государственный университет имени П.М. Машерова»

Профессионально ориентированная подготовка студентов моделирует специфику взаимоотношений преподавателей и студентов с позиции идеального специалиста, соответствующего требованиям образовательного стандарта и отвечающего требованиям современного общества, повышая роль профессиональной компетенции выпускника вуза – молодого специалиста.

Цель исследования – определить комплекс средств физической культуры, способствующих формированию психофизической готовности выпускника вуза, характеризующей его как высококвалифицированного молодого специалиста, профессионально подготовленного субъекта трудовых отношений.

Материал и методы. *Использовался комплекс теоретических, эмпирических и математических методов организации научно-педагогических исследований. В процессе их реализации изучались и уточнялись условия труда, функциональные обязанности специалистов, относящихся к 1 группе профессий, показатели физической и функциональной подготовки студентов. Исследования проводились на базе ВГУ имени П.М. Машерова (2014–2017 гг.), в них приняли участие 1560 человек – студенты 1-го и 2-го, выпускного курсов.*

Результаты и их обсуждение. *Концепция образования высшей школы определяет обстоятельства, когда учебно-воспитательный процесс в вузе должен быть ориентирован на формирование выпускника вуза как инициативного и деятельного субъекта социума, способного творчески и конструктивно реализовать свои потенциальные возможности и задатки во имя блага общества и самой личности, добиться высоких трудовых показателей.*

Заключение. *Современное общество предъявляет широкий спектр требований к специалисту высшей категории не только в части умелого руководства, но и в области психофизической готовности и способности к эффективной трудовой деятельности в условиях высокой конкуренции. Следовательно, вполне обоснованно выделение психофизической готовности как важного компонента профессиональной компетенции специалиста.*

Ключевые слова: *профессионально ориентированная подготовка специалиста, профессионально-прикладная подготовка, профессиограмма, психофизическая готовность, физическое развитие, функциональная подготовка.*

Competence Approach in Shaping Student Psychophysical Readiness in the Course of University Studies

Yu.M. Prokhorov

Educational Establishment «Vitebsk State P.M. Masherov University»

Professional training of students models specificity of relationships between teachers and students from the point of view of an ideal specialist who meets the requirements of the educational standard and the contemporary society. Thus, the role of the university graduate professional competence increases.

The purpose of the research is to identify a complex of Physical Training tools which promote shaping psychophysical readiness of the university graduate, which characterizes him as a highly qualified specialist, a professionally prepared subject of labor relations.

Material and methods. *We applied a complex of theoretical, empiric and mathematical methods of organization of scientific and pedagogical research. During its implementation we studied and specified labor conditions, functional duties of specialists of the 1st group of professions, parameters of physical and functional student readiness. The studies were conducted on the base of VSU (2014–2017), 1560 first and second year students as well as graduates participated in the research.*

Findings and their discussion. *The concept of university education determines the circumstances, when the academic process is to be aimed at shaping a graduate as an initiative and active subject of the society, capable of implementing creatively and constructively his potential abilities for the society and the personality, of reaching high labor results.*

Conclusion. Contemporary society puts forward a wide range of requirements for the high category specialist both in skillful management and in the field of psychophysical readiness and ability to efficiently work in the conditions of high competition. We consider it quite fair to single out psychophysical readiness as an important component of the specialist professional competence.

Key words: professionally oriented specialist training, professionally applied training, profiogram, psychophysical development, physical development, functional training.

Студенческий возраст – важный период социализации личности, когда закладываются наиболее важные элементы, обеспечивающие успешность личностных достижений, долголетие здоровой и творчески активной жизнедеятельности. При этом формируются способности умелого сочетания умственного и физического труда, оптимального режима дня, основы здорового образа жизни. Главной задачей образовательного процесса высшей школы является формирование основ профессиональной компетенции будущего специалиста, то есть его профессиональная ориентация [1].

Профессионально ориентированная подготовка студентов моделирует специфику взаимоотношений преподавателей и студентов с позиции идеального специалиста, соответствующего требованиям образовательного стандарта и отвечающего требованиям современного общества. Основу профессиональной компетенции составляет базовый уровень профессионального мастерства, способностей личности к вариативному поиску единственно правильного способа деятельности, его умений качественно решать производственные задачи в условиях высокой конкуренции и творчества, психофизической напряженности.

Специалисты физической культуры считают, что средства профессионально-прикладной физической подготовки (ППФП) классифицируются на: прикладные физические упражнения и отдельные элементы различных видов спорта; прикладные виды спорта; оздоровительные силы природы и гигиенические факторы; вспомогательные средства, обеспечивающие качество учебного процесса по разделу ППФП. По их мнению, наиболее оптимальным режимом физической нагрузки для работников группы профессий, связанных с преподаванием и социальной работой, является следующий: а) ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика 20–30 минут; б) производственная гимнастика по 5–10 минут через каждые 3–4 часа малоподвижного трудового процесса, включая и специальные комплексы упражнений в отдельных случаях при необходимости; в) спортивные игры на свежем воздухе, оздоровительный бег, занятия избранным видом спорта, посещение оздоровительных центров – 3–4 раза в неделю по 60–90 минут [2].

Цель исследования – определить комплекс средств физической культуры, способствующих формированию психофизической готовности выпускника вуза, характеризующей его как высококвалифицированного молодого специалиста, профессионально подготовленного субъекта трудовых отношений.

Материал и методы. Нами использовался комплекс теоретических, эмпирических и математических методов организации научно-педагогических исследований. В процессе их реализации изучались и уточнялись условия труда, функциональные обязанности специалистов, относящихся к 1-й группе профессий, показатели физической и функциональной подготовки студентов, обучающихся на дневной форме обучения непрофессиональных специальностей, проводились статистическая и математическая обработка полученных данных и результатов исследований. Исследования проводили на базе ВГУ имени П.М. Машерова (2014–2017 гг.), в нем приняли участие 1560 человек – студенты 1-го и 2-го, выпускного курсов.

Результаты и их обсуждение. Концепция образования высшей школы определяет обстоятельства, когда учебно-воспитательный процесс в вузе должен быть ориентирован на формирование выпускника вуза как инициативного и деятельного субъекта социума, способного творчески и конструктивно реализовать свои потенциальные возможности и задатки во имя блага и общества, и самой личности, добиться высоких трудовых показателей.

При рассмотрении профессиональной компетентности специалиста социально педагогической сферы деятельности нами исследовались три основополагающих подхода:

- 1) психолого-педагогический, в котором изучались общепедагогические и специальные компетенции личности педагога, его мировоззренческие взгляды и убеждения, морально-нравственные, волевые и другие аксиологические качества и ориентации, интересы, стремления и ожидания;
- 2) системный подход, предполагающий определение наиболее важных элементов, их взаимосвязей и зависимостей; определялись дидактические особенности и давались экспертные оценки как отдельным элементам, так и модульным составляющим педагогического процесса: средства, методы, формы; характеризовались методики организации учебно-воспитательной и познавательной деятельности всех субъектов образовательного процесса;
- 3) конструктивный подход, когда проводились определенные вариативные изменения отдельных сторон, приемов, средств, форм и методов педагогических технологий: воздействия и взаимодействия, самоорганизации и самодетальности, проекта и моделирования и др. [3].

При определении факторов, позитивно влияющих на процесс формирования профессиональных компетенций, мы опирались на результаты исследований в этой области, проведенных В.И. Андреевым, В.Н. Введен-

ским, И.А. Зимней, Н.В. Кузьминой, В.А. Слостениным и др. Нами использовался профессиографический подход, так как именно профессиограмма устанавливает комплекс наиболее существенных профессиональных и социально значимых качеств личности, позволяющих ей успешно действовать в системе трудовых и социальных отношений, быть профессионально зрелым, умелым и компетентным. Она включает:

- 1) общие сведения о профессии: вид профессиональной деятельности, средства и результаты труда, производственные задачи и методы их решения, общий распорядок рабочего дня;
- 2) факторы, специфически воздействующие на организм: состав рабочих операций, степень физических усилий и психической напряженности, порядок чередования рабочих фаз и отдыха;
- 3) профессиональные заболевания и специфические отклонения в физическом развитии, вызываемые характером и условиями профессионального труда;
- 4) психофизические способности, которыми должен обладать представитель данной профессии;
- 5) двигательные умения и навыки, необходимые для данной профессии [4].

В ходе исследования было установлено, что профессиональная компетентность специалиста высшей квалификации включает несколько составляющих. *Первая зависит* от психолого-педагогических знаний, умений, навыков и способностей, связанных с предметом профессиональной деятельности и обеспечивающих решение проблемных вопросов и производственных заданий на высоком уровне качества в области анализа, планирования, организации, контроля и коррекции результатов своей деятельности. *Вторая составляющая* представлена индивидуальным уровнем «Я-культуры» личности специалиста: мировоззренческие взгляды и личностные позиции, убеждения и установки, гражданское достоинство и патриотизм, приверженность национальным традициям и гуманизм, творческая целеустремленность на конструктивные изменения социума, на производство новых предметных и духовных ценностей.

Исследования показали, что специфической особенностью трудовых отношений данной группы профессий является умственный труд с высоким уровнем психоэмоциональной напряженности, малоподвижным образом деятельности и низкой физической нагрузкой. Он оказывает влияние на биохимические, физиологические процессы, вызывая значительные изменения гомеостаза. При этом восстановление организма происходит значительно медленнее, чем при трудовых операциях, требующих физических нагрузок. Данной категории людей необходим более длительный и, главное, активный вид отдыха. Рекреационные процессы после умственной нагрузки должны реализовываться в виде мышечных нагрузок упражнениями с акцентом на развитии силовых способностей: укрепление мышц ног, живота, спины; на развитии других физических качеств, таких как общая выносливость, быстрота, ловкость, координация движений и др. [5].

Рассматривая физическую культуру как важный механизм, существенно влияющий на состояние здоровья и трудовую деятельность, нами исследовались морфофункциональные показатели физического развития и функциональной подготовки. *Физическое развитие* следует понимать как процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивида морфофункциональных свойств физических качеств и способностей его организма; как процесс изменения форм и функций организма человека под влиянием условий жизни и воспитания. Оно характеризуется изменениями трех групп показателей: *показателей телосложения* (длина тела, масса тела, осанка, объемы и формы отдельных частей тела, величина жира отложения и др.), определяющих биологические формы, или морфологию, человека; *показателей (критериев) здоровья*, отражающих морфологические и функциональные изменения физиологических систем жизнеобеспечения организма, влияющих на функционирование сердечно-сосудистой, дыхательной и центральной нервной систем, органов пищеварения и выделения, механизмов терморегуляции и др.; *показателей развития физических качеств личности*: силы, скоростных способностей, выносливости и др.

Функциональную подготовленность систем организма оценивают с помощью функциональных проб. Основная задача функциональных проб заключается в проверке функций (деятельности) системы с учетом ее реакции на воздействия определенной, дозируемой физической нагрузки на организм. В процессе рациональной физической тренировки, с одной стороны, повышается уровень функциональных резервов организма, а с другой – растет показатель экономного их использования. Оценка и диагностика физического развития и функциональных возможностей организма могут быть осуществлены при предельных и дозированных нагрузках с применением антропометрических методов, функциональных проб и тестов [6].

Уровень физического развития и здоровья определяется в сравнении с нормативными таблицами. Практика показывает, что хороший специалист – это, в первую очередь, здоровый человек. Часто болеющий специалист не может своевременно и качественно решать сложные производственные задачи в полном объеме. Считается, что наиболее оптимальным режимом физической нагрузки для работников первой группы профессий (сюда относятся преподаватели и студенты, специалисты социальной работы) является, как выше уже говорилось, следующий: а) ежедневная утренняя гигиеническая гимнастика в течение 20–30 минут; б) производственная гимнастика по 5–10 минут через каждые 3–4 часа малоподвижного трудового процесса, при необходимости и в отдельных случаях, включая и специальные комплексы упражнений; в) спортивные игры на свежем воздухе,

оздоровительный бег, занятия избранным видом спорта, посещение оздоровительных центров – 3–4 раза в неделю по 60–90 минут.

Исследования в части физического развития студентов ФСПиП ВГУ имени П.М. Машерова показывают, что только около 10% студентов имеют высокий уровень развития физической и функциональной подготовленности, владеют системными знаниями о структуре и методике занятий физическими упражнениями. В большинстве своем студенты факультета:

- 1) раньше не занимались в спортивных секциях и не имеют спортивных достижений (95%);
- 2) рассматривают занятия физической культурой как дополнительную, второстепенную нагрузку, но дополнительно не занимаются физическими упражнениями и не посещают спортивные секции, оздоровительные центры (82%);
- 3) имеют довольно общие представления о целесообразности физической нагрузки и целевой направленности физических упражнений (72%);
- 4) не владеют информацией о спортивной деятельности своих родителей, не могут назвать виды спорта, которыми увлекались родители, их спортивные достижения (74%);
- 5) невнимательно относятся к собственному здоровью, игнорируя целенаправленную работу по профилактике заболеваний средствами физической культуры, здоровому образу жизни и закаливанию организма (61%).

В качестве основных мотивационных факторов занятий физической культурой в студенческой среде доминируют необходимость выполнения учебной программы и получение зачета, а тестирование уровня развития физических качеств свидетельствует о низком уровне физической подготовки у большинства студентов (78%). Особенно явно это выражено в развитии силовых способностей и выносливости. Так, результаты тестирования показывают, что адаптивные механизмы работоспособности организма в условиях физической нагрузки резко снижаются при увеличении дистанции бега. Такие же показатели присутствуют при выполнении силовых упражнений: планка, отжимание, подтягивание, жим штанги [7].

Антропометрические замеры и тесты фиксируют многочисленные отклонения от установленных нормативно-медицинских показателей массы тела, частоты сердечных сокращений, сроков восстановления после физической нагрузки. Большое количество заболеваний и освобождений от занятий физическими упражнениями после них позволяет нам говорить об отсутствии самостоятельных целенаправленных процедур закаливания организма. Статистические данные свидетельствуют о том, что 25% от общего числа занимающихся студентов относятся к подготовительной или специальной медицинской группам, а около 5% предписаны занятия в группе лечебной физической культуры.

Основным средством формирования физической готовности к трудовой деятельности являются *двигательные действия*. Двигательные действия первоначально возникли в сфере труда и быта, а затем, видоизменяясь, становились физическими упражнениями. *Физические упражнения* – это двигательные действия, по форме и содержанию соответствующие задачам физического воспитания. Взаимосвязь физических упражнений с физическим трудом заключается в том, что, возникнув на основе трудовых действий, упражнения стали основным средством физкультурно-спортивной практики и подготовки к труду. Число разработанных и используемых в практике физических упражнений чрезвычайно велико и они существенно отличаются друг от друга по форме, содержанию и целевой направленности. Физические упражнения оказывают влияние не только на мышцы человека, но и на ряд физиологических, психических, биологических, химических процессов, вызывающих соответствующие изменения.

Классификация средств базовой физической культуры, применяемых в системе учебно-тренировочных занятий студентов ФСПиП, включает *легкую атлетику, гимнастику, лыжную подготовку, атлетизм, спортивные и подвижные игры*. Ценность гимнастики состоит в том, что она обладает возможностью избирательно воздействовать на организм или развитие его отдельных систем и функций. Различают *основную, гигиеническую, спортивную, художественную, производственную, лечебную гимнастику*. Преимущественно студенты занимаются основной гимнастикой: построения и перестроения; общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами – мячами, палками, скакалками, равновесие; ходьба; бег; прыжки; метание; элементарные акробатические упражнения и др.

На занятиях широко применяются технические приемы и виды: а) легкой атлетики: бег, ходьба, метания, прыжки; б) лыжной подготовки: передвижения, подъем и спуск, торможение; в) атлетизм, предполагает специализированные занятия по развитию физических качеств с применением спортивных тренажеров в специально оборудованном тренажерном классе.

В учебную программу включены и наиболее популярные спортивные игры: баскетбол, волейбол, бадминтон, настольный теннис, дартс. Здесь студенты развивают игровые умения, формируют навыки ситуативного мышления, творческого выбора способа действия, учатся коллективизму, ответственности, выдержке и т.п.

Подвижные и спортивные игры, возбуждая коллективные переживания и ответственность, радость совместных усилий, укрепляют дружбу, дисциплину, повышают эмоциональную удовлетворенность от занятий физической культурой [8].

Студенческий спорт также имеет важное прикладное значение. Студенты факультета участвуют в круглогодичной студенческой спартакиаде вуза, организации спортивных праздников и других соревнованиях, проводимых в группе, на факультете. Сборные команды вуза принимают участие в республиканской универсиаде и других официальных соревнованиях, включая и международные студенческие соревнования. Соревнования требуют хорошей функциональной и специальной подготовки, соблюдения определенных правил. На соревнованиях, в условиях острой спортивной борьбы, выполнения высокой физической нагрузки, повышенной ответственности за свои результаты перед коллективом, студенты-спортсмены, участники развивают двигательные способности, формируют настойчивость и целеустремленность, выдержку и смелость, проявляют морально-волевые качества.

В совокупности с материально-технической базой университета важная роль в формировании профессионально-прикладной психофизической готовности принадлежит *естественным силам природы: солнцу, воздуху, воде*. Выступая в едином комплексе с физическими упражнениями, они усиливают оздоровительное воздействие на организм. *Солнечные лучи, воздух, вода* должны быть по возможности неотъемлемым компонентом всех видов двигательной деятельности, источником специально организованных *процедур закаливания* – солнечных и воздушных ванн, обтираний, обливаний. Оздоровительные силы природы используются в процессе физического воспитания в двух направлениях: 1) как сопутствующие условия (занятия на открытом воздухе), усиливающие воздействие физических упражнений; 2) при организации специальных дозированных процедур (сеансы закаливания, воздушные, солнечные и водные ванны).

Физические упражнения в сочетании с естественными факторами закаливания помогают повысить общую устойчивость организма к ряду неблагоприятных воздействий внешней среды. Такие природные факторы, как солнечная радиация, свойства воздушной и водной среды, служат средствами укрепления здоровья, закаливания, повышения работоспособности человека [9].

В числе негативных факторов студентами факультета называются слабая теоретическая подготовка и отсутствие должной мотивации к занятиям физической культурой. Учебной программой общеобразовательной школы не предусмотрен лекционный курс, что минимизирует возможности научно-теоретических исследований в области здорового образа жизни, популяризации физической культуры как средства профилактики заболеваний и укрепления здоровья, в формировании познавательного интереса и пропаганды спортивных достижений.

Заключение. Современное общество предъявляет широкий спектр требований к специалисту высшей категории не только в части умелого руководства, но и в области психофизической готовности и способности эффективной трудовой деятельности в условиях высокой конкуренции. Идеальный специалист должен обладать значительным потенциалом социальной отдачи, профессиональной надежности и дееспособности. Он представляется нам как человек, располагающий высоким уровнем здоровья, специалист высокой профессиональной компетенции, инициативный, творческий, деятельный, самостоятельный субъект саморазвития, самосовершенствования, самообразования и самореализации.

Учебно-тренировочные занятия по физической культуре – это не спортивная тренировка. На них одновременно занимаются студенты разного уровня физической и функциональной подготовки. Однако при проведении таких занятий необходимо обеспечить тренировочную нагрузку каждому из занимающихся с учетом его физического состояния и уровня здоровья, так как именно погружение в условия физической нагрузки позитивно влияет на развитие функциональных систем и физических качеств личности. Необходимо, чтобы каждое учебно-тренировочное занятие по физической культуре имело, с одной стороны, тренировочный, а с другой – оздоровительный эффект. Здоровье человека, физическое развитие и трудовая деятельность тесно взаимосвязаны.

В результате постоянных тренировочных занятий повышаются резервные возможности, показатели психологических, физиологических и функциональных систем организма более устойчивы к изменениям состояний. Они начинают действовать экономно, рационально и согласованно, при этом организм способен к демонстрации высокого уровня работоспособности в условиях максимальной физической нагрузки. Для тренированного человека физическая нагрузка потребует определенных усилий и напряжения, но не вызовет утомления, тогда как слабо тренированный человек будет выполнять ту же работу с большим напряжением и быстро устанет. Организм хорошо тренированного человека в отличие от слабо тренированного способен выполнять значительный объем работы в течение более длительного времени.

Следует отметить, что результаты проведенных нами исследований подтверждают выводы многих специалистов физической культуры, которые считают недостаточным обязательную физическую нагрузку учебно-тренировочных занятий по физическому воспитанию. Необходимы дополнительные физкультурно-оздоровительные мероприятия, организуемые самостоятельно в свободное время как форма активного отды-

ха. Важно, когда базовые учебно-тренировочные занятия физической культурой приносят удовольствие и эмоциональную радость от выполнения учебных заданий и физической нагрузки.

В связи с этим мы допускаем вариативные текущие изменения учебной программы в связи с климатическими условиями, объемом учебной нагрузки по другим предметам, реальным состоянием занимающихся. Считаем, что учебный план – не догма, и занятия должны быть целесообразными, полезными, интересными. Этому способствуют размещение учебного корпуса университета, а также возможности природного комплекса «Витьба» и городского центрального спортивного комплекса.

Таким образом, обобщая результаты проведенного нами исследования, мы считаем вполне обоснованным, наряду с психолого-педагогическими знаниями, умениями и навыками, культурологической составляющей, выделить еще одну составляющую профессиональной компетенции студента-выпускника вуза, молодого специалиста – психофизическую готовность, которая характеризует его способности укрепления здоровья, совершенствования физических качеств и ведения здорового образа жизни. Она выступает базовым, фундаментальным основанием, обеспечивающим полноценное функционирование организма, эффективность процессуальных изменений в процессе трудовой деятельности и достижение максимально возможных результатов.

ЛИТЕРАТУРА

1. Фурманов, А.Г. Оздоровительная физическая культура: учебник для студентов вузов / А.Г. Фурманов, М.В. Юспа. – Минск: Тесей, 2003. – 528 с.
2. Фурманов, А.Г. Теория и методика физического воспитания: пособие / А.Г. Фурманов, М.М. Круталевич, Л.И. Кузьмина; под общ. ред. А.Г. Фурманова, М.М. Круталевича. – Минск: БГПУ, 2014. – 416 с.
3. Шмелева, Н.Б. Формирование и развитие личности социального работника как профессионала: учеб. пособие / Н.Б. Шмелева. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К°», 2004. – 196 с.
4. «Физическая культура»: Типовая учебная программа для учреждений высшего образования / В.А. Коледа, Е.А. Кулинкович, И.И. Лосева, В.А. Овсянкин, С.В. Хожемпо. – Минск: Минобр. РБ, 2017. – 33 с.
5. Фирсов, М.В. Технология социальной работы: учеб. пособие для вузов / М.В. Фирсов. – М.: Академический Проект, 2007. – 432 с.
6. Шукевич, Л.В. Теория и методика физической культуры (Теоретические основы физического воспитания. Основные аспекты содержания и методики физического воспитания): учеб.-метод. комплекс / Л.В. Шукевич, А.А. Зданевич; Брест. гос. ун.-т им. А.С. Пушкина. – Брест: БрГУ, 2016. – 172 с.
7. Прохоров, Ю.М. Предмет «Физическая культура»: представления и ожидания студентов первого курса / Ю.М. Прохоров, Т.В. Чепелева // Наука – образованию, производству, экономике: материалы XXI(68) Регион. науч.-практ. конф. преподавателей, научных сотрудников и аспирантов: в 2 т. – Витебск: ВГУ имени П.М. Машерова, 2016. – Т. 2. – С. 159–361.
8. Прохоров, Ю.М. Организационные и содержательные аспекты формирования физической культуры личности студента (на примере ВГУ имени П.М. Машерова) / Ю.М. Прохоров // Мир спорта. – 2016. – № 4(65). – С. 27–32.
9. Коледа, В.А. Основы физической культуры : учеб. пособие / В.А. Коледа, В.Н. Дворак. – Минск: БГУ, 2016. – 191 с.

REFERENCES

1. Furmanov A.G., Yuspa M.V. *Ozдорovitel'naya fizicheskaya kultura: Ucheb. dlia studentov vuzov* [Health Preserving Physical Training: University Student Textbook], Mn., Tesei, 2003, 528 p.
2. Furmanov A.G., Krutalevich M.M., Kuzmina L.I. *Teoriya i metodika fizicheskogo vospitaniya: posobiye* [Theory and Methods of Physical Training: Textbook], Minsk, BGPU, 2014, 416 p.
3. Shmeleva N.B. *Formirovaniye i razvitiye lichnosti sotsialnogo rabotnika kak professionala: Uchebnoye posobiye* [Shaping and Development of the Personality of a Social Worker as a Professional: Textbook], M., Izdatel'sko-torgovaya korporatsiya "Dashkov i K°", 2004, 196 p.
4. Koleda V.A., Kulinkovich E.A., Loseva I.I., Ovsiankin V.A., Khozhempo S.V. *"Fizicheskaya kultura": Tipovaya uchebnaya programma dlia uchrezhdenii vysshego obrazovaniya* [Physical Training. Typology Curriculum for Universities], Minsk, Minobr. RB, 2017, 33 p.
5. Firsov M.V. *Tekhnologiya sotsialnoi raboti: ucheb. posobiye* [Social Work Technology: University Textbook], M., Akademicheskiy Proyekt, 2007, 432 p.
6. Shukevich L.V., Zdanovich A.A. *Teoriya i metodika fizicheskoi kulturi (Teoreticheskiye osnovi fizicheskogo vospitaniya. Osnovniye aspekti soderzhaniya i metodiki fizicheskogo vospitaniya): ucheb.-metod. kompleks* [Theory and Methods of Physical Training (Theoretical Bases of Physical Education. Basic Aspects of the Contents and Methods of Physical Education): Academic and Methods Complex], Brest, BrGU, 2016, 172 p.
7. Prokhorov Yu.M., Chepeleva T.V. *Nauka – obrazovaniyu, proizvodstvu, ekonomike: materialy XXI(68) Regionalnoi nauchno-prakticheskoi konferentsii prepodavatelei, nauchnikh sotrudnikov i aspirantov, Vitebsk: VGU imeni P.M. Masherova* [Science – for Education, Industry, Economy: Proceedings of the XXI (68) Regional Scientific and Practical Conference of Scholars, Teachers and Postgraduates], Vitebsk, 2016, Vol. 2, pp. 159–361.
8. Prokhorov Yu.M. *Nauchno-teoreticheski zhurnal "Mir sporta"* [Scientific and Theoretical Journal World of Sport], Minsk, BGUFK, 2016, 4(65), pp. 27–32.
9. Koleda V.A., Dvorak V.N. *Osnovi fizicheskoi kulturi: ucheb. posobiye* [Basics of Physical Training: Textbook], Minsk, BGU, 2016, 191 p.

Поступила в редакцию 19.01.2017

Адрес для корреспонденции: e-mail: Prokhorovum@mail.ru – Прохоров Ю.М.