

## ПУБЛИКАЦИИ

### «Приобщение учащихся к физической культуре и спорту, как средство формирования здорового образа жизни».

Наряду с основной задачей мастера п/о- передать на производство высококвалифицированных специалиста, есть и ещё одна не менее значимая

- это передать здорового, готового к нашей непростой по нынешним временам жизни, человека. Поэтому каждый мастер п/о на протяжении всей учёбы ребят в колледже должен ставить себе задачи по приобщению их к физической культуре и спорту, что в конечном счёте скажется на формировании здорового образа жизни, а значит на результатах труда. Как правило, кто серьёзно занимается физической культурой и спортом, тот и в трудовой деятельности успешен(8).

Всвязи с этим перед мастером стоят следующие задачи:

Приобщение учащихся к физической культуре и спорту, а также вовлечение их в спортивную жизнь колледжа(1).

Повышение престижности и привлекательности занятиями спортом через пропаганду спортивных достижений и личных результатов учащихся-спортсменов(9).

Повышение устойчивости организма к физическим нагрузкам и заболеваниям, через формирование выносливости и общей физической подготовки учащихся (7).

Систематическое отслеживание физического состояния и здоровья учащихся средствами мониторинга и составление на основе этого лично ориентированных программ физического развития учащихся(2)

Мониторинг состояния здоровья учащихся констатировал высокий уровень их заболеваемости, особенно в осенне-зимний период и слабую физическую подготовку.

Для решения этой проблемы была разработана комплексная программа формирования здорового образа жизни учащихся средствами физической культуры и спорта (6).

Программа предусматривает на основе мониторинга состояния мышечной, дыхательной системы, общей выносливости, психологического состояния учащихся, создание лично ориентированных программ физического развития с учетом индивидуальных особенностей каждого учащегося(3). В частности разработаны программы дополнительного обучения по физической культуре и спорту, комплексы специальных упражнений, предусматривающих постепенное наращивание объема физических нагрузок на уроках физкультуры и спортивных секциях.

Разработан комплекс физических упражнений для повышения уровня выносливости и других физических качеств (силы, быстроты, подвижности опорно-двигательного аппарата).(5);(6).

Результативность работы по данной проблеме отслеживалась по спортивным достижениям, состоянию здоровья учащихся, привлечению к занятиям во всевозможных, действующих в училище, видах спорта, что наглядно видно из предлагаемой таблицы. (См. таблицу).

Таблица

| Учебный год<br>Нормативы    | 2012-2013                         |                              | 2013-2014                         |                              | 2014-2015                         |                              |
|-----------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|-----------------------------------|------------------------------|
|                             | %<br>выполнив<br>ших<br>нормативы | %<br>заболев<br>а-<br>емости | %<br>выполнив<br>ших<br>нормативы | %<br>заболе<br>ва-<br>емости | %<br>выполнивш<br>их<br>нормативы | %<br>заболев<br>а-<br>емости |
| 1                           | 2                                 | 3                            | 4                                 | 5                            | 6                                 | 7                            |
| <b><u>Гиревой спорт</u></b> |                                   |                              |                                   |                              |                                   |                              |
| 3-взрослый разряд           | 30                                |                              | 40                                |                              | 45                                |                              |
| 2-взрослый разряд           | 25                                | 22                           | 35                                | 18                           | 40                                | 9                            |
| 1-взрослый разряд           | 5                                 |                              | 10                                |                              | 10                                |                              |
| <b><u>Штанга</u></b>        |                                   |                              |                                   |                              |                                   |                              |
| 2-юношеск. разряд           | -                                 |                              | 35                                |                              | 45                                |                              |
| 1-юношеск. разряд           | -                                 | 22                           | 20                                | 18                           | 25                                | 9                            |
| 3-взрослый разряд           | -                                 |                              | 15                                |                              | 15                                |                              |
| 2-взрослый разряд           | -                                 |                              |                                   |                              | 5                                 |                              |

Кроме этого учащиеся колледжа, которые не занимаются в спортивных секциях, а только на уроках физической культуры, принимают самое активное участие во всех проводимых соревнованиях по тем или иным видам спорта, и эта цифра растет из года в год.

Многие учащиеся, посмотрев показательные выступления, поучаствовав в соревнованиях по различным видам спорта, приходят и занимаются в секциях

Занятия в секциях увлекательны, эмоциональны, динамичны, содержат в себе игровые и соревновательные элементы, учащиеся с удовольствием посещают их. Руководитель строит свою педагогическую деятельность так, что каждый учащийся видит плоды своего труда, чувствует продвижение своих результатов от занятия к занятию, утверждение своей личности и совершенствование физических возможностей, что приводит к выполнению не менее важной задачи – формирование осознанной потребности в занятиях физическими упражнениями, здоровом образе жизни, активной жизненной позиции.

Учащиеся ежегодно участвуют в спартакиаде колледжа по тяжелой атлетике, где определяются победители и призеры, в городских соревнованиях на Кубок имени Заслуженного мастера спорта Немова в декабре месяце, а также в спартакиаде города Магнитогорска среди учащихся школ и профессиональных училищ по гиревому спорту.

Несколько лет юноши колледжа показывают хорошие результаты, а последние два года подряд (2013-2014г.) они были в числе призеров. Кроме этого, учащиеся-спортсмены выступают на соревнованиях за те предприятия, где они проходят производственную практику, тем самым поддерживая их спортивный престиж и уже сейчас ещё до выпуска вливаются в общественную жизнь своего будущего коллектива.

В связи с этим некоторые предприятия, по возможности, выделяют средства для оборудования спортивной базы колледжа. Так, например, Железнодорожным хозяйством ОАО ММК были приобретены и установлены

тренажеры для развития силы и выносливости, что также незамедлительно сказалось на результатах тренировок.

Новизна работы мастера п/о в этом вопросе заключается в следующем: Это системный подход к формированию здорового образа жизни учащихся посредством их приобщения к занятиям физической культурой и спортом; На основе систематически проводимого мониторинга состояния здоровья и физического развития учащихся разработаны и внедрены программы личностно ориентированного развития учащихся с учетом их индивидуальных особенностей( 1);(2);

Разработка и внедрение мастерами п/о программы по укреплению выносливости организма к физическим нагрузкам и заболеваниям, общефизической подготовки учащихся, укрепляет здоровье, повышает иммунитет, увеличивает сопротивляемость организма к заболеваниям(6); Широкое вовлечение учащихся в различные секции(9).

Одним из значительных видов спорта по повышению силы, выносливости, сопротивляемости организма является тяжелая атлетика, куда и привлекается все большее количество учащихся(4).

Конечно это может быть не обязательно тяжёлая атлетика, а какой-либо другой вид спорта. Задача мастера п/о, как воспитателя, выявить у каждого своего воспитанника задатки к тому или иному виду спорта, навести его на мысли об этом и поспособствовать, чтобы он занялся именно им.

## Библиографический список

1. Горшков, А.Г. Теория методики педагогических исследований в физическом воспитании "ФиС" 2008г.
2. Баранков, О.Н. Пути и методы повышения общефизической подготовки в профессиональной школе, располагающей обычной спортивной базой. "Теория и практика физической культуры" 2009г/2
3. Беритов, И.С. Общая физиология мышечной и нервной системы. МедГиз. 2009г.
4. Верхошанский, Ю.В. Основы специальной подготовки учащихся школ в спорте. "ФиС" 2004г.
5. Воробьёв, А.Н., Доктор медицины. "Очерки по физиологии и физической подготовке учащихся профессиональной школы" "ФиС" 2007г.
6. Силкина, Г.И. Образовательная программа "Тяжёлая атлетика" для подростков 15-18 лет. П/б ЦДОД, г. Магнитогорск.
7. Воробьёв, А.Н. Учебник для институтов физической культуры. "ФиС" 2002г.
8. Материалы к заседанию Государственного совета Российской Федерации по вопросу "О повышении роли физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни россиян" 2002г.
9. Роман, Р.; Шакирзянов, М. Выступления лучших атлетов мира. "ФиС" 2007г.

Мастер производственного обучения

Зонов Е.В.

## **«Развитие социального партнерства с профильными предприятиями как условие закрепляемости и адаптации выпускников колледжа»**

Хочу поделиться своим опытом работы по развитию социального партнерства, как условия адаптации, выпускников в новых социально – экономических условиях.

Работая по этому направлению, я всегда придерживался задачи установления более тесных связей между колледжем и работодателями через систему договоров по подготовке учащихся, организацию совместных форм досуговой деятельности, изучения проблем закрепляемости(1);(2);(3).

Смысл социального партнерства колледжа и базового профильного предприятия состоит в том, что бы повысить уровень закрепляемости выпускников и их адаптации в современных условиях работы и специфики предприятия, за счет поэтапного решения проблем:

- социальной профессиональной ориентации на создание специальных программ, имеющих четко заданные цели по профессиональной закрепляемости и адаптации выпускников;

- система социального партнерства берет на себя ответственность за интеграцию элементов процесса профессиональной подготовки и профессионального становления выпускников.

Программы по социальному партнерству оформляются в форме стандартного комплекта и включают:

- систему договоров – заказов на подготовку специалистов определяющих(1):

- а) обязательства предприятий по совершенствованию материально-технической базы колледжа в соответствии с профилем и спецификой работы предприятия и подготавливаемыми в колледже профессиями.

- б) совместную с колледжем поэтапную и итоговую аттестацию учащихся, (например: рецензирование дипломных работ в соответствии с детальной программой преддипломной производственной практики;)

- в) персональное распределение по профессиям выпускников колледжа на будущие рабочие места при непосредственном участии представителей предприятий, как из руководящего состава, так и из общественных организаций;
- г) условия и порядок прохождения производственной практики, закрепление на штатных рабочих местах, и порядок оплаты труда учащихся на период преддипломной производственной практики.
- д) условия и порядок закрепления шефов-наставников за каждым учащимся на весь период практики.
- е) закрепление рабочих мест на предприятиях-социальных партнеров за выпускниками колледжа на период службы в армии РФ.
- ж) гарантия устройства на работу для несовершеннолетних выпускников, создание для них резерва рабочих мест, с целью трудоустройства выпускников при достижении 18-летнего возраста.
- з) подготовка и проведение совместных культурных и спортивных акций для учащихся, выпускников колледжа и рабочих предприятий с целью создания благоприятного психологического климата, преемственности традиций, формирования здорового образа жизни(2).

Технология социального партнерства обладает рядом преимуществ: Мобильностью в решении проблем закрепляемости и адаптации выпускников в современных условиях производства.

Вариативностью в развитии профессиональных способностей с учетом индивидуальных особенностей выпускников.

Развитие интеграции во взаимодействии колледжа и предприятий в процессе подготовки и закрепляемости выпускников.

Повышение эффективности системы контроля и оценки уровня подготовки и профессиональной адаптации выпускников(1).

Применение технологии социального партнерства обеспечивает: Возможность дифференцированного подхода в процессе профессиональной адаптации выпускников. На основе детально-разработанной программы

текущей и преддипломной производственной практики учащихся колледжа, обеспечивается эффективный процесс профессионального развития учащихся с учетом их индивидуальных особенностей и специфики деятельности базового предприятия, что позволяет добиться высоких результатов закрепляемости выпускников на рабочих местах.

Дает возможность повышения эффективности производственного обучения, так как данная система ориентирована на достижение конечных результатов в профессиональном становлении выпускников(1). Это выражается в:

а) Совместной подготовке предприятием и колледжем материально – технической базы обучения специалистов с учетом современных требований к их подготовке. (Это нашло свое воплощение в создании сварочной лабораторий; сварочной мастерской; лаборатории железнодорожного транспорта; тренажер локомотива; кабинеты спецтехнологии по всем профессиям и т.д.)

б) Вариативность прохождения производственной практики учащихся с учетом их индивидуальных особенностей;

в) Обеспечивает развитие шефства-наставничества, что дает возможность в получении помощи опытных рабочих в процессе обучения учащихся профессии. (Развитие наставничества стимулируется администрацией предприятия ).

г) Закрепление рабочего места за выпускником на период службы в армии РФ через заключение договоров «предприятие – призывник» с предоставлением соответствующих льгот: (льготы по укреплению здоровья в подведомственных профилакториях, домах отдыха, спортивных базах; возможность получения жил. площади в комфортабельном общежитии иногородним и семейным, а также возможность вступления в жилищно-инвестиционный фонд «Ключ» и получение в рассрочку полноценной квартиры; возможность дальнейшего обучения и повышение квалификации в учебно-курсовых комбинатах, в ВУЗах) (2).



д) Закрепление мест за учащимися колледжа на предприятии по окончании учебы и до совершеннолетия, что дает уверенность учащимся в их востребованности (2).

ж) Преемственность через приобщение учащихся к истории и традициям предприятия через социально – культурные и спортивно-оздоровительные акции(3).

Политехнический колледж уже давно работает по технологии социального партнерства, что позволяет добиться хороших результатов по закрепляемости и адаптации выпускников.

В перспективе предполагается обеспечение социального пакета каждому выпускнику колледжа, принятому в штат базового предприятия и предусматривающего:

а) Льготы по укреплению здоровья, отдыхе в подведомственных профилакториях, домах отдыха, спортивных базах(2);

б) Возможность получения жил. площади в комфортабельном общежитии, (иногородним и семейным), а также возможность вступления в жилищно-инвестиционный фонд «Ключ» и получении в рассрочку полноценной квартиры(1).

Возможность дальнейшего обучения и повышение квалификации в учебно-курсовых комбинатах, в ВУЗах.

#### Библиографический список:

1. Договора по подготовке квалифицированных рабочих кадров Политехнического колледжа и ОАО "ММК"

2. Договора о социальном партнёрстве администрации Политехнического колледжа и Профсоюзной организации ОАО "ММК"

3. Договора о совместной работе по воспитанию выпускников, между Политехническим колледжем и организацией "Союз молодых рабочих" ОАО ММК.

Мастер производственного обучения

Зонов Е.В.