

DOI: 10.26693/jmbs04.05.384

УДК 355.233.22

Коробейнікова Л. Г., Муса Джаміль С. А., Перепилиця А. В., Ричок Т. М., Аксютін В. В.

ОБҐРУНТУВАННЯ СПЕЦІАЛІЗОВАНОЇ ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВКИ СПЕЦІАЛІСТІВ ТВОРЧИХ ПРОФЕСІЙ

Національний університет фізичного виховання і спорту України,
Київ, Україна

korlesia.66@gmail.com

Впровадження професійно-прикладної фізичної підготовки у практику фізичного виховання студентів закладів вищої освіти творчих напрямів створює передумови для скорочення строків професійної адаптації, підвищення майстерності, досягнення високої професійної працездатності й продуктивності праці.

Для уточнення змісту професійно-прикладної фізичної підготовки в структурі професійної діяльності дизайнера була зроблена спроба розглянути ці компоненти через модель фахівця. Модель фахівця включала професіограму, професійно-посадові вимоги та кваліфікаційний профіль.

В експерименті взяли участь 74 дизайнера міста Києва та Київської області. Встановлено, що професійна діяльність вимагає прояву типових професійно-важливих особових якостей: комунікабельності, принциповості, толерантності, доброти, співчуття, співпереживання, красномовства. Виявлено, що до професійно-важливих фізичних якостей дизайнера можна віднести загальну і локальну (руки, ноги, спина, шия) статичну витривалість, силу основних м'язових груп і силову витривалість рук, точність і швидкість рухової реакції. Доведено, що до найбільш важливих психофізіологічних властивостей необхідно віднести сприйняття, пам'ять, уяву, стриманість, швидкість прийняття рішення, уміння працювати в нервовій обстановці, здатність чітко виконувати свої завдання в умовах емоційної напруги, хорошу реакцію. Підтверджено, що ефективність процесів становлення особистості професіонала, його фізичне, соціальне і особове благополуччя в житті та професійній діяльності в істотній мірі залежать від усвідомленості та сформованості ціннісних установок на фізичну активність і збереження здоров'я, від регулярних занять із використанням фізкультурно-спортивних і оздоровчих засобів. Відзначається, що важливу роль в освоєнні професії, досягненні вершин професіоналізму грає використання цінностей фізичного виховання в забезпеченні належного рівня здоров'я, фізичного і духовного розвитку, рухової підготовленості.

Ключові слова: дизайнери, спеціалізоване фізичне виховання, професійно-прикладна фізична підготовка.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами, темами. Дослідження проведено згідно Зведеного плану науково-дослідних робіт у сфері фізичної культури і спорту на 2016–2020 рр. теми 2.23 «Технології психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності», № державної реєстрації 0116U001627.

Вступ. Головною метою й результатом навчання студентів у закладах вищої освіти є формування їхньої готовності до професійної діяльності. Багатьма вітчизняними вченими й фахівцями [2, 3, 8, 16] піднімається питання про необхідність застосування заходів для зростання не тільки професійних знань, але й комплексної психофізіологічної готовності до майбутньої професійної діяльності.

З огляду на це, завчасна підготовка молоді до обраної професійної діяльності, до окремих видів професійних робіт стала предметом пильної уваги фахівців [10, 18]. Визнання важливості й необхідності професійно-прикладної фізичної підготовки (ППФП) у системі фахової освіти надає ще більшої відповідальності теоретикам і практикам фізичного виховання за якість досліджень, що проводяться у цьому напрямку [7, 11].

Впровадження ППФП у практику фізичного виховання студентів закладів вищої освіти (ЗВО) творчих напрямів створює передумови для скорочення строків професійної адаптації, підвищення професійної майстерності, досягнення високої професійної працездатності й продуктивності праці. ППФП ефективно сприяє зміцненню здоров'я, підвищенню стійкості до захворювань, зниженню травматизму [15]. На думку вчених [5, 9, 19] професійна готовність майбутніх фахівців характеризується інтегративним станом особистості, що поєднує оптимальну систему потреб, мотивів і здібностей, знань, умінь, навичок, тобто того, що становить професійні якості фахівця і його відношення до професійної діяльності.

Для уточнення змісту ППФП в структурі професійної діяльності дизайнера ми зробили спробу розглянути ці компоненти через модель фахівця. Модель фахівця включає: професіограму, професійно-посадові вимоги та кваліфікаційний профіль [9, 16].

З трьох названих компонентів моделі фахівця особливе місце займає професіограма. Професіограма – це науково обґрунтовані норми і вимоги до професії, до видів професійної діяльності і якостей особи фахівця, які дозволяють фахівцеві ефективно виконувати професійні ролі.

Мета дослідження – виявити професійно-важливі фізичні якості спеціаліста творчої професії (дизайнера), особові та психофізіологічні властивості, а також вимоги до фізичної підготовленості.

Матеріал та методи дослідження. У дослідженні взяли участь 74 дизайнера міста Києва та Київської області. Всі зареєстровані учасники підписали інформовану згоду, дослідження проводилося відповідно до Статуту Української асоціації біоетики.

За основу розгляду особливостей професійної діяльності дизайнера нами була взята уніфікована структура професіограми [12]. Особливості праці та професійно-важливі якості дизайнера виявлялися за допомогою професіографічного анкетування за традиційною анкетною [7]. Анкета складалася із 99 запитань і варіантів відповідей на них. Досліджуваним потрібно було обрати притаманний їм варіант відповіді.

Рівень знань з фізичного виховання дизайнерів визначався на основі проведення експертного оцінювання (експертами виступили 11 викладачів закладів вищої освіти із науково-педагогічним досвідом більше 10 років) відповідно до теоретичних тестів програми «Фізичне виховання» для ЗВО. Рівень методичних умінь дизайнерів визначався на основі тестів методико-практичного розділу програми з «Фізичне виховання» для студентів ЗВО.

Для обробки результатів дослідження були використані загальноприйняті методи математичної статистики [11]. Отримані дані були оброблені на комп'ютері. Для кожного з досліджуваних показників розраховувалися середні значення і середнє квадратичне відхилення.

Результати дослідження. Для безпосереднього складання професіограми дизайнера нами були проаналізовані нормативно-правові документи (посадові обов'язки, кваліфікаційні характеристики, вимоги до кваліфікації тощо). Анкета включала 99 питань з різними варіантами відповідей, що розкривають особливості режиму професійної діяльності, рухової активності, фізіологічної характеристики робочої пози, санітарно-гігієнічних особливостей,

стомлення, організації фізичного виховання, здорового способу життя, психофізичних і особових якостей.

Важливим завданням дослідження було вивчення знань про спрямованість використання фізкультурно-спортивних і оздоровчих засобів у вирішенні професійних питань (таблиця).

Таблиця – Знання про спрямованість фізичного виховання при використанні його у професійній діяльності дизайнера

Спрямованість	Відсотки	Ранг
Оздоровча	24,4	1
Лікувальна	16,2	2
Рекреаційна	12,4	3
Розвивальна	8,6	5
Професійно-прикладна	7,6	6
Профілактична	11,2	4
Соціалізувальна	6,4	7

Результати дослідження показали, що 24,4% дизайнерів виділяють оздоровчу спрямованість фізичного виховання, 16,2% – лікувальну, 23,6% – відновну і профілактичну і тільки 7,6% знають про вплив фізичного виховання на професійні якості дизайнера. Результати експертної оцінки рівня знань дизайнерів свідчать, що за усіма темами теоретичного розділу їх знання знаходилися на низькому рівні.

Експертна оцінка методичних умінь показала, що у дизайнерів не сформовані методичні уміння і навички з використання фізичного виховання у своїй професійній діяльності. Однією з головних причин слабого рівня знань і умінь в області фізичного виховання, як відмітили 95% експертів, є слабкий міждисциплінарний зв'язок дисципліни «Фізичне виховання» з дисциплінами загальної професійної та спеціальної підготовки майбутніх дизайнерів. Ця обставина викликана також неопрацьованістю концептуальних і технологічних підходів з використання фізичного виховання в професійній діяльності при рішенні різних проблем. Існують протиріччя і в змісті професійної підготовки. Вирішення цієї проблеми, на наш погляд, полягає в поліпшенні професійної підготовки спеціалістів творчих професій у закладах вищої освіти.

Важливим об'єктом професійної діяльності в аспекті досягнення професіоналізму є і сам дизайнер. У досягненні максимального рівня професіоналізму важливе місце займають стан здоров'я індивіда, його фізичний розвиток, фізична підготовленість і працездатність. До особливостей професії дизайнера слід віднести переважання осіб жіночої статі. За даними нашого дослідження,

90% фахівців, що здійснюють трудову діяльність в цій сфері, – жінки. Встановлено, що у жінок більше виражені реакції серцево-судинної, дихальної, нервово-м'язової та інших систем [15].

Так, за даними нашого дослідження, 29,4% респондентів відмітили, що до кінця робочого дня у них настає середня міра психологічної втоми, 36,8% мають середню втому до кінця робочого тижня, 63,5% вважають, що сильно психологічно втомлюються до кінця року. 40,3% дизайнерів відмітили, що найпомітніше виражається стомлення під час роботи у вигляді погіршення настрою, 37,9% – у вигляді розсіяної уваги, 31,9% – у вигляді головного болю, 24,3% – в зниженні інтересу до роботи, 21,6% вважають, що стомлення проявляється у вигляді сонливості. 94,2% респондентів вважають, що стомлення настає через значний психологічний стрес (рис. 1).

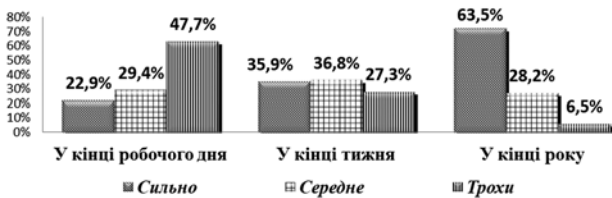


Рис. 1. Ступінь стомлення дизайнерів

Для визначення, які психофізіологічні якості повинні мати дизайнери, респондентам необхідно було вибрати із запропонованого п'ять найбільш значущих. Результати дослідження показали, що 59,4% вважають найбільш важливою здатністю чітко виконувати свої обов'язки в умовах емоційної напруги, 50,4% – хорошу реакцію, 48,3% – швидко приймати рішення, 45,4% – уміння раціональне розподіляти увагу (рис. 2).

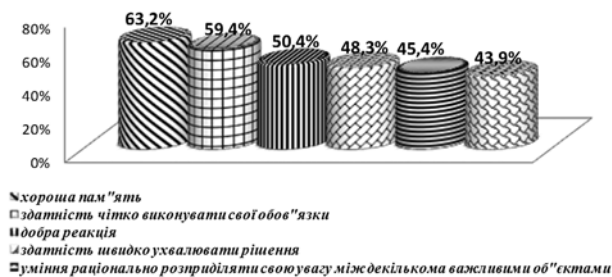


Рис. 2. Професійно-важливі характеристики психофізіологічної сфери дизайнерів

Важливе значення в підтримці високого рівня працездатності належить фізичній підготовленості дизайнера. Під фізичною підготовленістю дизайнера ми розуміємо оптимальний рівень фізичних якостей і функціональних можливостей організму, що дозволяє максимально ефективно і тривало здійснювати професійні функції у трудовій діяльності.

В той же час в науковій літературі ми не знайшли спеціальних досліджень, що вивчали фізичну підготовленість дизайнера.

Професійна діяльність дизайнера поєднується з обмеженими рухами, малими м'язовими зусиллями і підвищеною психоемоційною напругою. Найбільш негативно такий характер діяльності позначається на функціональному стані центральної нервової, серцево-судинної, дихальної і нервово-м'язової систем [6]. Локальна м'язова діяльність при виконанні функціональних обов'язків, її одноманітність і бідність рухової координації у поєднанні з фіксованою робочою позою призводять до підвищення мінімального артеріального тиску при зменшенні ударного об'єму серця і розузгодження між ЧСС і витратою енергії.

Як вважає А. К. Маркова [9], процес трудової діяльності в ситуаціях особливого ризику може призводити до зниження, як працездатності людини, так і ефективності праці, а також до негативних змін психіки і втрати ціннісних орієнтацій в праці. Ці порушення можуть зачіпати різні сторони трудового процесу: професійну діяльність, особистість професіонала, професійне спілкування.

Результати дослідження показали, що найбільш важливими фізичними якостями, які проявляються в професійній діяльності дизайнера, є: витривалість (її відмітили 86% респондентів); швидкість (64%); сила (66%), координація рухів (49%). Результати дослідження показали, що у дизайнерів основними руховими діями є рухи пальців та кисті руки, при цьому характер основних рухів – графічний.

На питання чи «Пов'язана втома із недостатньою фізичною підготовленістю?» 47,5% дизайнерів відповіли «Так», 17,6% – «Ні» (рис. 3). Близько 92,3% дизайнерів відмітили взаємозв'язок регулярних занять фізичними вправами з поліпшенням стану здоров'я, 46,1% – із забезпеченням тривалого виконання професійних функцій на високому рівні, 30,7% – з поліпшенням рухової активності, 20,5% – з швидкою адаптацією до професійної діяльності.

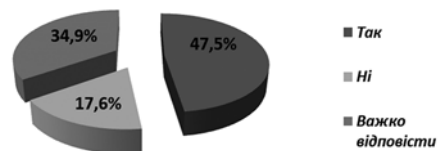


Рис. 3. Взаємозв'язок між стомленістю та фізичною підготовленістю

У той же час 30,5% дизайнерів відмітили, що зовсім не використовують регулярні заняття фізичними вправами для збереження і зміцнення здоров'я і досягнення професіоналізму, 51,9%

нерегулярно займаються фізичними вправами і тільки 18,1% використовують регулярно фізичні вправи з метою збереження, зміцнення здоров'я і досягнення професіоналізму.

На питання, «Який вид спорту або фізкультурно-оздоровча система підвищує фізичну підготовленість?» 46% відмітили аеробіку (фітнес, шейпінг, танці, оздоровчі види гімнастики), 10% – оздоровчий біг (та інші види легкої атлетики), 4% – спортивні ігри, 20% – плавання, 20% – інші види оздоровчої фізичної культури. 62% дизайнерів основні професійні функції виконують в положенні стоячи чи сидячи.

Обговорення результатів дослідження. Вимушена робоча поза дизайнера провокує гіпертонічну і виразкову хворобу, невралгію поперекового і шийного відділів хребта, викликає застій крові в ногах, погіршує кровонаповнення в нижній половині тіла, при положенні сидячи сприяє слабкому кровонаповненню і постачанню киснем органів малого тазу [2, 17, 18]. Також вона призводить до порушень ритму дихання, зниження рівня оксигенації крові, позначається на якості вентиляції легенів і газообміну, якісному складі крові [5, 11, 14].

Важливою особливістю професійної діяльності дизайнера є розумові операції підвищеної складності та тривалості. На думку М. І. Виноградова [4], таку діяльність можна віднести до інтелектуальної праці з високою психоемоційною напругою. Тривале розумове навантаження, ускладнене психоемоційними чинниками, призводить до погіршення діяльності функцій уваги – обсягу, концентрації, перемикання і розподілу усіх видів пам'яті, сприйняття; збільшенню часу простої та складної сенсомоторної реакції [1, 3, 19, 20].

Специфіка професійної діяльності дизайнера призводить до різних порушень, деформацій і професійних хвороб. Так, психоемоційне навантаження при підвищеній відповідальності за результат діяльності призводять до виникнення стресів різної міри тяжкості. Нервово-напружена праця зумовлює і артеріальну гіпертонію [13], яка негативно позначається на загальному стані здоров'я. Наслідком високих нервово-емоційних навантажень є психічні захворювання.

Великий вплив на успішність професійної діяльності чинять умови, в яких здійснює свою діяльність дизайнер. Санітарно-гігієнічний розділ професіограми представлений основними чинниками, до яких відносять: мікроклімат, освітленість робочих місць, шкідливі домішки в повітрі, шум, підвищену або знижену вологість.

Описово-технічний розділ професіограми дозволив нам виявити основні особливості характеру професійної діяльності дизайнера. До них можна

віднести: локальний характер м'язової і рухової діяльності; низька рухова активність; присутність елемента статичності та вимушеної робочої пози; висока психоемоційна напруга праці; необхідність розумової напруги.

Таким чином, аналіз професіографічної анкети показав, що умови виконання основних трудових завдань залежать від специфіки професійної діяльності дизайнера. Дизайнери основну частину робочого дня проводять у приміщенні. Мікроклімат приміщень призводить до істотних негативних зрушень в діяльності серцево-судинної, дихальної, ендокринної та видільної систем, зниженню захисних сил організму, виникненню передпатологічних станів. Локальне охолодження організму призводить до значної кількості простудних захворювань, поширенню вірусних і гострих респіраторних захворювань [2, 8]. Взаємодію загального і місцевого охолодження з психогенними і емоційними чинниками робить вплив на порушення координації рухів і падіння працездатності. Підвищена температура довкілля викликає почастішання частоти серцевих скорочень (ЧСС), частоти дихання, зниження тиску і підвищення температури тіла [11]. При цьому різко зростає напруга організму при підвищенні вартості роботи і падінні працездатності. За цих умов можуть виникнути захворювання нервової системи і органів травлення [6, 13].

Спеціальних досліджень, спрямованих на обґрунтування фізичного і особистісного розділів професіограми дизайнера, надзвичайно мало. В той же час аналіз професійної діяльності дизайнера вказує на необхідність міцного здоров'я; великого обсягу професійних рухових умінь і навичок; високої фізичної та рухової активності; виховання здатності до управління емоціями, почуттями, вчинками; швидкої операційної діяльності тощо, які є важливими умовами досягнення професіоналізму.

Таким чином, дизайнер повинен володіти оптимальними кондиціями (станом здоров'я, фізичним розвитком і фізичною підготовленістю), відповідними виконанню професійних завдань; високою фізичною і руховою активністю; хорошим функціонуванням систем життєзабезпечення; досить високою витривалістю, швидкістю, силою та координацією.

Висновки

1. До професійно-важливих фізичних якостей дизайнера можна віднести загальну і локальну (руки, ноги, спина, шия) статичну витривалість, силу основних м'язових груп і силову витривалість рук, точність і швидкість рухової реакції. Професійна діяльність вимагає прояву типових професійно-важливих особистісних якостей: комунікабельності, принциповості, толерантності,

доброти, співчуття, співпереживання, красномовства.

2. До найбільш важливих психофізіологічних властивостей необхідно віднести сприйняття, пам'ять, уяву, стриманість, здатність швидкість прийняття рішення, уміння працювати в нервовій обстановці, здатність чітко виконувати свої завдання в умовах емоційної напруги, хорошу реакцію.
3. Ефективність процесів становлення особистості професіонала, його фізичне, соціальне і особове благополуччя в житті та професійній діяльності в істотній мірі залежать від усвідомленості та сформованості ціннісних установок на фізичну акти-

вність і збереження здоров'я, від регулярних занять із використанням фізкультурно-спортивних і оздоровчих засобів.

4. Важливу роль в освоєнні професії, досягненні вершин професіоналізму грає використання цінностей фізичного виховання в забезпеченні належного рівня здоров'я, фізичного і духовного розвитку, рухової підготовленості.

Перспективи подальших досліджень. В подальшому планується впровадження результатів дослідження у підготовку спеціалістів творчих професій та пошук нових підходів, з метою удосконалення процесу професійного становлення.

References

1. Afanas'yeva RF, Basargina LA, Malysheva AYe, i dr. *Proizvodstvennyy mikroklimat. Rukovodstvo po gigiyene truda*. M: Meditsina; 1987. p. 91-132. [Russian]
2. Bozhyk MV. *Profesiyno-prykladna fizychna pidhotovka maybutnikh vchyteliv-predmetnykiv. Teoriya ta metodyka fizychnoho vykhovannya*. 2009; 9: 17-9. [Ukrainian]
3. Boreyko NYu. *Pedahohichni umovy profesiyno-prykladnoyi fizychnoyi pidhotovky studentiv vyshchyykh navchal'nykh zakladiv*. Abstr. PhD. (Ped.). Luhans'k; 2008. 22 □ [Ukr□□□□]
4. Vynohradova MY. *Kratkaya kharakterystyka osnovnykh form trudovoy deyatelnosti. Rukovodstvo po fizyolohyy truda*. M: Medytsyna; 1983. p. 13-20. [Russian]
5. Volkov VA. *Osnovy profesiyno-prykladnoyi fizychnoyi pidhotovky student-s'koyi molodi*. K: Znannya Ukrayiny; 2004. 508 p. [Ukrainian]
6. Kabachkov VA, Polyevskyy SA, Burov AĖ. *Professyonal'naya fizycheskaya kul'tura v systeme nepreryvnoho obrazovannya molodězhy*. M: Sovet-skyy sport; 2010. 257 s. [Russian]
7. Kolumbet OM. *Profesiyno-prykladna fizychna pidhotovka studentiv vyshchyykh tekhnichnykh navchal'nykh zakladiv. Navch posibnyk*. K: KNUVD; 2016. 196 p. [Ukrainian]
8. Kolumbet OM, Maksymovych NYu. *Profesiyno-prykladna fizychna pidhotovka studentiv. Navch-metod posibnyk*. K: KMPU; 2009. 144 p. [Ukrainian]
9. Markova AK. *Psykhologhyya professyonalizma*. M: Medytsyna; 1996. 344 p. [Russian]
10. Pashchenkov A.K. *Professyonal'no-prykladnaya fizycheskaya podhotovka studentov pedahohycheskykh vuzov*. Abstr. PhD. (Ped.). Volhohrad, 2004. 200 p. [Russian]
11. Pilipey LP. *Profesiyno-prikladna fizychna pidgotovka studentiv: monografiya*. Sumi: UABS NBU; 2009. 588 p. [Ukrainian]
12. Polyanskiy VP. *Teoretiko-metodicheskiye osnovy sovershenstvovaniya prikladnoy fizycheskoy kul'tury (yeye sodержaniya i form) v sovremennom obshchestve*. Abstr. Dr. Sci. (Ped.). M; 1999. 62 p. [Russian]
13. Priyedit AA. *Zavisimost' nekotorykh boleznenykh sostoyaniy ot rabochey pozy. Sotsial'nyye, gigiyenicheskiye i organizatsionnyye aspekty zdorov'ya naseleniya*. Riga: RMI; 1980. p. 36-8. [Russian]
14. Solov'yeva VP. *O differentsirovannom podkhode k otsenke napryazhennosti umstvennogo truda. Fiziologiya truda*. M; 1973. p. 332-4. [Russian]
15. Frinlend GI. *Gigiyena zhenskogo truda*. L: Meditsina; 1975. 276 s. [Russian]
16. Shakhbazyan GK, Shlyefman FM. *Gigiyena proizvodstvennogo mikroklimata*. Kiyev: Zdorov'ye; 1977. 178 p. [Russian]
17. Korobeynikov GV. *Psikhofizyologicheskaya organizatsiya deyatelnosti cheloveka* [Psychophysiological organization of human activities]. Belaya Cerkov: BNAU; 2008. 254 p. [Russian]
18. Korobeynikov G, Korobeynikova L, Mazmanian K, Jagello W. Diagnostics of psychophysiological states and motivation in elite athletes. *Bratislava Medical Journal*. 2011; 112(11): 637-43. PMID: 22180992
19. Korobeynikov G, Korobeynikova L, Shatskih V. Age, psychoemotional states and stress resistance in elite wrestlers. *International Journal of Wrestling Science*. 2013; 3(1): 58-65. doi: 10.1080/21615667.2013.10878970
20. Korobeynikov G, Pristupa E, Korobeynikova L, Briskin U. *Otsinyuvannya psykho-fizyologichnykh staniv u sporti* [Evaluation of physiological conditions in sport]. Lviv: LDUFK; 2013. 311 p. [Ukrainian]

УДК 355.233.22

ОБОСНОВАНИЕ СПЕЦИАЛИЗИРОВАННОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ СПЕЦИАЛИСТОВ ТВОРЧЕСКИХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ**Коробейникова Л. Г., Муса Джамиль С. А., Перепилица А. В., Рычок Т. М., Аксютин В. В.**

Резюме. Внедрение профессионально-прикладной физической подготовки в практику физического воспитания студентов заведений высшего образования творческих специальностей создаёт предпосылки для сокращения сроков профессиональной адаптации, повышения мастерства, достижения высокой профессиональной работоспособности и производительности труда. В эксперименте приняли участие 74 дизайнеров города Киева и Киевской области. Установлено, что профессиональная деятельность требует проявления типичных профессионально важных личных качеств: коммуникабельности, принципиальности, толерантности, доброты, сочувствия, сопереживания, красноречия. Выявлено, что к профессионально важным физическим качествам дизайнера можно отнести общую и локальную (руки, ноги, спина, шея) статическую выносливость, силу основных мышечных групп и силовую выносливость рук, точность и скорость двигательной реакции. Доказано, что к наиболее важным психофизиологическим качествам необходимо отнести восприятие, память, воображение, сдержанность, способность быстро принимать решение, умение работать в нервной обстановке, способность чётко выполнять свои задания в условиях эмоционального напряжения, хорошую реакцию. Отмечается, что важную роль в освоении профессии, достижении вершин профессионализма играет использование ценностей физического воспитания в обеспечении надлежащего уровня здоровья, физического и духовного развития, двигательной подготовленности.

Ключевые слова: дизайнеры, специализированное физическое воспитание, профессионально-прикладная физическая подготовка.

UDC 355.233.22

The Justification of Specialized Physical Training of Creative Sphere Specialists**Korobeinikova L. G., Musa Jamil S. A., Perepilitsya A. V., Richok T. M., Aksyutin V. V.**

Abstract. The introduction of professional-applied physical training in the practice of physical education of students of institutions of higher education of creative specialties makes up the preconditions for shortening the period of professional adaptation, improving skills, achieving high professional efficiency and productivity. Professional readiness of future specialists is characterized by the integrative state of a person, which combines the optimal system of needs, motives and abilities, knowledge, skills, which characterize the professional qualities of a specialist and his/her attitude to professional activity.

The purpose of the work is to identify the professionally important physical qualities of a designer, personal features and psycho-physiological qualities, as well as the requirements for the mobility of designers.

Material and methods. The experiment was attended by 74 designers of the city of Kyiv and Kyiv region. The peculiarities of the work and the professional qualities of the designer were manifested through a professional questionnaire on the traditional questionnaire. The questionnaire consisted of 99 questions.

Results and discussion. The obtained results show that professional activity requires the manifestation of typical professionally important personal qualities: sociability, integrity, tolerance, kindness, sympathy, empathy, eloquence. We found out that the general and local (arms, legs, back, neck) static endurance, strength of the main muscle groups and strength endurance of the hands, accuracy and speed of the motor reaction can be classified as professionally important physical qualities of the designer. It was proved that the most important psychophysiological qualities include perception, memory, imagination, restraint, the ability to quickly make a decision, the ability to work in a nervous environment, the ability to clearly perform their tasks in conditions of emotional stress, a good reaction.

Conclusions. Using the values of physical education in ensuring an adequate level of health, physical and spiritual development, and motor readiness plays an important role in the development of the profession, reaching the heights of professionalism.

Keywords: designers specialized physical education, vocational and applied physical training.

The authors of this study confirm that the research and publication of the results were not associated with any conflicts regarding commercial or financial relations, relations with organizations and/or individuals who may have been related to the study, and interrelations of coauthors of the article.

Стаття надійшла 06.06.2019 р.

Рекомендована до друку на засіданні редакційної колегії після рецензування