

snatch, clean&jerk with squatting with a barbell on shoulders and chest of young weightlifters of different weight categories. Versions of training programs elaborated by the leading specialists and coaches for young qualified weightlifters of different weight categories are analyzed in the article. Besides, the author has reviewed the structure of the training process in annual cycle of young weightlifters training with different interrelation of general and special physical training exercises. The author of the article also considers the amount of training work for young weightlifters of different general physical and special physical training exercises. The article presents the comparison of the results of training work in groups of wrestlers of different weight categories. The program of preparatory period of training process of young weightlifters depending on the type mesocycle has been developed. The effectiveness of the use of general and special training focused in mesocycles of preparatory period of various types of training was experimentally verified. Thus, according to the obtained results it should be concluded that during the preparatory period such exercises as jerk with a crouch, crouching with a bar on shoulders, etc.

Keywords: training process, young weightlifters, means of physical training, general and special training, preparatory period, training loads.

Рецензент: доктор медичних наук, професор О. П. Романчук

Подано до редакції 06.03.2015

УДК: 796.41.071.5

Лариса Сергіївна Луценко,
кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент,
завідувач кафедри фізичного виховання №2,
Національний юридичний університет ім. Я. Мудрого,
І. О. Бодренкова
бул. Пушкінська, 77, м. Харків, Україна

ФОРМУВАННЯ ПРОФЕСІЙНО ВАЖЛИВИХ ЯКОСТЕЙ МАЙБУТНІХ ЮРИСТІВ ЗАСОБАМИ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Розроблено спеціальні ігрові комплекси фізичної підготовки для забезпечення підготовленості фахівця до реалізації себе в професійній діяльності. Проаналізовано літературні джерела та практичний досвід роботи викладачів вищої школи і визначено професійно важливі фізичні якості студентів, що навчаються спеціально-юридичній спеціальності «юриспруденція». Виявлено, що систематичне застосування спеціальних ігрових завдань в сукупності з традиційними засобами фізичного виховання в процесі фізичної підготовки, забезпечує суттєве підвищення рівня найбільш важливих фізичних якостей студентів, що навчаються юридичним спеціальностям. Найбільш високі темпи приросту виявлені в показниках швидкісно-силових, просторово-часових і динамічних параметрах руху, орієнтації в просторі і так само спеціальної витривалості.

Ключові слова: фізична культура, професійна діяльність, професійні якості, майбутні юристи.

Постановка проблеми. Аналіз останніх досліджень і публікацій. Загальна тенденція сучасної освіти визначається як соціально-особистісна. Така освіта передбачає формування особистості, здатної до самозмін, самовдосконалення, творчої перетворювальної діяльності, адаптації в суспільстві та професійно-трудова діяльності на основі прийняття норм і цінностей суспільного життя. Це зумовило виділення в якості однієї з важливих задач в ході реформування освіти в цілому підвищення ролі і значення фізичної підготовки студентів як засобу забезпечення ефективності підготовки фахівця-професіонала [3; 7].

Цілеспрямоване використання засобів і методів фізичної культури в контексті особистісно-орієнтованої парадигми освіти забезпечує комплексне і найбільш пов-

не задоволення соціальних і особистісних потреб людини, що відповідають вимогам професійної освіти.

Значущість і актуальність цілеспрямованого використання засобів фізичної культури для забезпечення підготовки до професійної діяльності, успішного освоєння професії і для оптимізації умов професійної праці сьогодні не викликає сумніву. Про тісний взаємозв'язок фізичної культури та трудової професійної діяльності говорить вже той факт, що існує цілий ряд понять, які, з одного боку, характеризують ті чи інші елементи і сторони професійної діяльності, а з іншого – входять в структуру понять фізичної культури [1; 5; 8].

Про значення фізичної підготовки в забезпеченні підготовленості фахівця до реалізації себе в професійній діяльності студенти мають дуже неточне уявлення, більша частина студентської молоді навіть не уявляє особли-

ностей самої професійної діяльності, яку вони обрали. Це стосується і пізнання ролі фізичної культури і спорту для підготовленості людини до різних складних життєвих ситуацій.

Однією з основних тенденцій розвитку сучасного суспільства є використання таких форм праці, в яких від ефективності міжособистісного спілкування залежить в цілому успішність професійної діяльності.

Особливо важлива готовність до міжособистісного спілкування для студентів спеціальності «юриспруденція» – майбутніх юристів, чия діяльність часто проходить в стресових ситуаціях [2; 6].

Готовність людини розглядається в роботі як раніше придбані професійно важливі якості, установки на певну поведінку в конфліктній ситуації, пов'язаної з вирішенням організаційних завдань. Нездатність спокійно вислухати опонента, проявити ініціативу, коротко сформулювати свої думки, аргументувати і відстояти своє рішення може привести до конфлікту.

В роботах, які пов'язані з формуванням готовності до міжособистісної діяльності, не приділено увагу розгляду питань, які характеризують роль цілеспрямованого використання фізичних вправ творчого характеру, рухливих і спортивних ігор у формуванні готовності до міжособистісного спілкування в складних ситуаціях.

Діяльність юриста багатогранна. Вона включає в себе не тільки власне навички та вміння виконати ту чи іншу юридичну роботу (підготувати документ, виступити в суді, витлумачити правову норму), а й виразно ціннісну орієнтацію фахівця, оволодіння їм особливими етичними нормами, комунікативними, організаторськими здібностями [4; 8].

Виникло протиріччя між існуючою потребою формування професійних умінь і навичок у майбутніх юристів на заняттях фізичною культурою і відсутністю науково обґрунтованих розробок в цих цілях яке і стало підставою для проведення нашого дослідження.

Зв'язок роботи з науковими програмами, планами і темами. Дослідження виконано відповідно до теми Зведеного плану науково-дослідної роботи у сфері фізичної культури і спорту МОН України на 2011–2015 р. в рамках теми 1.3 «Парадигма здорового способу життя в дискурсах фізичного виховання і спорту» (номер Державної реєстрації 0113U001205).

Мета дослідження – теоретично розробити, обґрунтувати і провести дослідно-експериментальну перевірку ефективності використання спеціальних ігрових комплексів фізичної підготовки в забезпеченні підготовленості фахівця до реалізації себе в професійній діяльності.

Завдання:

1) Проаналізувати літературні джерела та практичний досвід роботи викладачів вищої школи для визначення професійно важливих фізичних якостей студентів, що навчаються юридичним спеціальностям.

2) Визначити рівень розвитку професійно важливих

фізичних якостей студентів юридичних спеціальностей в процесі навчання у вузі і встановити особливості динаміки цих показників.

Матеріал і методи дослідження. Для вирішення поставлених завдань нами було проведено анкетування студентів Національного юридичного Університету імені Ярослава Мудрого. Використовувався **комплекс наукових методів дослідження**: педагогічні методи дослідження (аналіз і узагальнення даних науково-методичної літератури, педагогічне спостереження, педагогічне тестування); методи математичної статистики.

Дослідження проводилися на базі Національного юридичного Університету імені Ярослава Мудрого. В експериментальній його частині взяли участь 60 студентів (16–20 років). Педагогічний експеримент, в якому взяли участь дві групи майбутніх юристів, контрольна (30 студентів) і основна (30 студентів), проводився протягом 4 років. Контрольна група займалася за стандартною програмою у відповідність із затвердженим робочим планом для всіх факультетів і спеціальностей.

Основна група виконувала навчально-тренувальну роботу, за обсягом і інтенсивністю адекватну роботі, здійснюваної в контрольній групі, але з використанням спеціальних ігрових завдань в сукупності з традиційними засобами фізичного виховання, виходячи з необхідності розвитку конкретно професійно значимої фізичної якості.

При розробці ігрових завдань для формування професійно важливих якостей майбутніх юристів враховувалися наступні вимоги: тимчасові (ліміт часу на прийняття інформації, її аналіз, прийняття рішення, доведення рішення до виконавців, раптовість), інтелектуальні (вибір або формулювання рішення), ситуаційні (новизна, незвичайність ситуації), соціальні (відмінність в цілях, віці, статі, кількості, статусі суб'єктів міжособистісної діяльності), суб'єктивні (стомлення, емоційне збудження).

У процесі фізичного виховання викладач враховував можливість і необхідність представити ситуацію, що виникає при виконанні рухових дій, свідомість учасників як модель реальної ситуації, створював на заняттях фізичними вправами різні проблемні ситуації, а студенти виявляли причини виникнення конфліктів, вирішували організаційні питання, вибирали і аргументували оптимальні умови для виконання рухових дій. При реалізації проблемного навчання на заняттях фізичними вправами викладач використовував різні форми створення проблемних ситуацій: запитання, завдання, практичні завдання.

На заняттях створювалися умови для вступу студентів в міжособистісне спілкування, для вдосконалення якостей мислення, виконання інтелектуальних вимог до організації ігрових завдань при моделюванні конфліктних ситуацій.

Для оцінки рівня і динаміки фізичної підготовленості студентів було обрано такі контрольні вправи: «Біг зі зміною способу пересування» (с); «Кидок м'яча в ціль, що гойдається» (бали); «Біг до пронумерованих м'ячів (с); «Стрибок з поворотом» (бали); «Кидок м'яча у ціль, стоячи до неї спиною» (бали); «Ходьба по прямій лінії після поворотів» (с); «3 перекиди вперед» (с); «Пересту-

панья гімнастичної палиці» (с); «Стрибок угору з місця без маху рук» (см); «Вистрибування вгору прогнувшись із глибокого присіду за 20с» (к-ть разів); «Хват падаючої гімнастичної палиці» (см); «Біг на місці 5с» (к-ть разів); «ІГСТ» (%).

Результати дослідження та їх обговорення. Удосконалення системи фізкультурної освіти вимагає розробки нової концепції фізичного виховання в структурі вузу та навчально-виховного процесу. Реальне втілення даної концепції в фізичному вихованні студентів юридичних вузів пов'язано з розробкою сучасних педагогічних умов викладання фізичної культури, що забезпечує необхідний рівень професійної психофізичної готовності фахівців до виробничої діяльності.

Аналіз наявних в літературі відомостей про специфіку юридичних професій, а також анкетування студентів дозволили виявити загальні для юридичних спеціальностей професійно важливі фізичні якості. До їх складу увійшли: координаційні здібності, притаманні в швидкості перебудови рухової дії, орієнтації у просторі, при диференціюванні часових і просторово-динамічних параметрів руху; швидкісна сила, яка проявляється при швидкому завершенні вправи (зупинка після прискорення) або сила демонстрована в умовах протидії відносно великого і помірного опору з високою початковою швидкістю (старт на короткі дистанції); статокінетична рівновага в здатності точно і стабільно виконувати окремі рухи і їх зв'язки в умовах вестибулярних подразнень; швидкісні здібності – відповідь на заздалегідь відомі і невідомі дії, сигнали, а так само розумова, емоційна, слухова та спеціальна витривалість.

Результати рівня розвитку професійно важливих фізичних якостей студентів юридичних спеціальностей в процесі навчання у вузі представлені в таблиці 1.

Аналіз контрольованих професійно важливих показників фізичної підготовленості у студентів юридичних спеціальностей контрольної та основної груп дозволив встановити:

– в контрольній групі на колишньому рівні збереглися показники розвитку всіх фізичних якостей за винятком спеціальної витривалості, яка за цей період знизилася, на що вказує статистично достовірне погіршення індексу Гарвардський степ-тест – 2,36%; $p < 0,001$.

– в основній групі відбулися значні зміни в показниках координованості рухових дій і статокінетичної рівноваги, що підтверджується кінцевими показника-

ми часу виконання 3-х перекидів вперед (4,0%) і часу проходження дистанції після поворотів (2,3%); поліпшення швидкісних і швидкісно-силових здібностей, просторово-часових і динамічних параметрів руху, які оцінювалися за кількістю підйомів стегна за 5с (11,11%), у висоті стрибка угору з місця без маху рук (8,3%); у часі проходження дистанцій «Біг зі зміною способу пересування» (12,3%) і точності кидка в ціль, яка гоїдається (10,3%).

– перевага студентів основної групи над однокурсниками з контрольної за рівнем розвитку швидкісної сили, яка оцінювалася за кількістю вистрибувань угору прогнувшись із глибокого присіду за 20с (21,7%), швидкісних здібностей, які оцінювалися за результатами тесту «Хват падаючої гімнастичної палиці» (17,4%), орієнтації в просторі, яка визначалася часом проходження завдання «Біг до пронумерованих м'ячів» (13,6%) і спеціальної витривалості, що оцінюється за результатами Гарвардського степ-тесту (15,34%).

Таким чином, рівень розвитку професійно важливих показників фізичної підготовленості студентів юридичних спеціальностей в кінці педагогічного експерименту, а також їх динаміка протягом навчання у ВНЗ вказують на високу ефективність процесу фізичної підготовки з використанням спеціальних ігрових комплексів в сукупності з традиційними фізичними вправами.

Висновки.

– Професійно важливими фізичними якостями для студентів які навчаються за фахом «юриспруденція», є координаційні здібності (швидкість перебудови рухової дії, диференціювання просторово-часових і динамічних параметрів руху, орієнтація в просторі, координованість і статокінетична стійкість); швидкісна сила (вибухова, стартова); швидкісні здібності (реакція вибору руху, реакція на рухомий об'єкт) і спеціальна витривалість.

– У результаті використання спеціальних ігрових комплексів, у процесі фізичної підготовки студентів, що освоюють юридичні спеціальності, виявлено більш високі темпи приросту в показниках швидкісно-силових (21,7% і 17,4%), просторово-часових і динамічних параметрах руху (12,3% і 12,5%), орієнтації в просторі (13,6%) і так само спеціальної витривалості (15,34%).

У перспективі подальших досліджень – вивчення функціонального і психічного стану студентів юридичних спеціальностей в процесі навчання у ВНЗ.

Таблиця 1

**Зміни рівня розвитку професійно важливих фізичних якостей студентів
юридичних спеціальностей основної та контрольної груп ($p < 0,05$)**

№ п/п	Тестові завдання	Основна група (n=30)				Контрольна група (n=30)			
		ИД*	КД	абс.	%	ИД	КД	абс.	%
		($\bar{X} \pm m$)				($\bar{X} \pm m$)			
<i>Координаційні здібності</i>									
1	Біг зі зміною способу пересування (с)	11,8±1,2	10,5±0,9	1,3	12,3	11,7±0,9	10,6±0,8	1,1	10,4
2	Кидок м'яча у ціль, що гойдається (бали)	6,1±0,7	6,8±0,5	0,7	10,3	6,0±0,7	6,6±0,7	0,6	9,09
3	Біг до пронумерованих м'ячів (с)	10,8±1,3	9,5±0,8	1,3	13,6	10,9±0,8	10,1±0,7	0,8	7,9
4	Стрибок з поворотом» (бали)	2,1±0,7	2,4±0,6	0,3	12,5	2,0±1,1	2,2±0,9	0,2	9,09
5	Кидок м'яча в ціль стоячи до неї спиною (бали)	3,8±0,9	4,2±0,6	0,4	9,5	3,1±1,5	3,3±1,3	0,2	6,06
6	Ходьба по прямій лінії після поворотів (с)	8,8±1,2	8,6±1,1	0,2		9,0±1,6	8,9±1,4	0,1	1,3
7	3 перекиди вперед (с)	5,2±1,3	5,0±1,0	0,2	2,3	5,5±1,7	5,4±1,6	0,1	1,85
8	Переступання гімнастичної палиці(с)	6,3±1,5	5,9±1,3	0,4	6,7	6,3±0,7	6,1±0,7	0,2	3,27
<i>Швидкісна сила</i>									
9	Стрибок угору з місця без маху рук (см)	26,3±0,7	28,7±0,5	2,4	8,3	26,1±0,9	27,8±0,7	1,7	6,11
10	Вистрибування угору прогнувшись із глибокого присіду за 20с (к-ть разів)	18±0,6	23±0,3	5	21,7	16±1,2	18±0,8	2	11,11
<i>Швидкісні здібності</i>									
11	Хват падаючої гімнастичної палиці (см)	25±0,7	21,3±0,4	3,7	17,4	23±0,8	22,1±0,6	0,9	4,07
12	Біг на місці 5с (к-ть разів)	16±0,9	18±0,5	2	11,11	11±0,5	12±0,5	1	8,3
<i>Спеціальна витривалість</i>									
13	ІГСТ (%)	64±0,8	75,6±0,7	11,6	15,34	65±1,9	63,5±2,4	1,5	-2,36

*Примітка: **ВД** – вихідні дані (до початку експерименту); **КД** – кінцеві дані (після експерименту); **(абс.)** – абсолютна різниця; **(%)** – приріст показника.

ЛІТЕРАТУРА

- Сутула В. О. Перспективи спортизації системи фізичного виховання студентської молоді / В. О. Сутула, В. В. Шутєєв, О. І. Булгаков, Л. С. Луценко // Слобожанський науково-спортивний вісник: [наук.-теорет. журн.] – Х. : ХДАФК, 2014– № 4 (42). – С. 65 – 68
- Кулекин И. В. Профессиональная физическая и функциональная подготовка курсантов водного транспорта к условиям длительной плавательной практики: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук / И. В. Кулекин – К., 2011. – 22 с.
- Кальницкий С. В. Формирование профессионально-важных качеств курсантов финансово-экономического военного-учебного заведения средствами спортивных игр: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук / С. В. Кальницкий – СПб, 2003. – 24 с.
- Кириченко С. И. Профессионально-прикладная физическая подготовка студентов экономического факультета: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук / С. И. Кириченко – М., 1998. – 23 с.
- Малімон О. О. Диференційований підхід у процесі фізичного виховання студентів: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту / О. О. Малімон – Луцьк, 1999. – 19 с.
- Сергієнко С. В. Спеціальна фізична підготовка у системі професійного навчання фахівців податкової міліції: автореф. дис. на здобуття наукового ступеня канд. наук з фіз. вих. і спорту / С. В. Сергієнко – І., 2004 – 19 с.
- Подлесный А. И. Инновационные условия профессионально-прикладной физической подготовки студентов-судоводителей // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту. – Х.: ХДАДМ (XXIII), 2011. – № 1. – С. 107–111.
- Малляр Е. І. Професійно-прикладна фізи-

ческая підготовка студентів в системі вищого професійного освіти / Е. І. Мальяр, В. С. Будний // Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми

фізичного виховання і спорту. – Х.: ХДАДМ (ХХП), 2009. – №12. – С. 120–122.

REFERENCES

1. Sutula, V. O. (2014). Perspektyvy sportyziatsii systemy fizychnoho vykhovannia studentskoi molodi [Prospects of sport promotion system of physical education of students]. *Slobozhanskyi naukovo-sportyvnyi visnyk – Slobozhansky scientific and sports Gazette, 4 (42), 65-68* [in Ukrainian].
2. Kulekin, I. V. (2011). Professionalnaya fizicheskaya i funktsionalnaya podgotovka kursantov vodnogo transporta k usloviyam dlitelnoy plavatelnoy praktiki [Professional physical and functional training of water transport cadets to prolonged swimming practice]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Kiev [in Russian].
3. Kalnitskiy, S. V. (2003). Formirovaniye professionalno-vazhnykh kachestv kursantov finansovoekonomicheskogo voenno-uchebnogo zavedeniya sredstvami sportivnykh igr [Formation of professionally important qualities of cadets of financial military educational establishments by means of sport games]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Saint Petersburg [in Russian].
4. Kirichenko, S. I. (1998). Professionalno-prikladnaya fizicheskaya podgotovka studentov ekonomicheskogo fakulteta [Professionally applied physical preparation of students of Economic Faculty]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Moscow [in Russian].
5. Malimon, O. O. (1999). Dyferentsiirovaniye pidkhid u protsesi fizychnoho vykhovannia studentiv [Differentiated approach to physical education of students]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Lutsk. [in Ukrainian].
6. Sergienko, S. V. (2004). Spetsialna fizychna pidhotovka u systemi profesiinoho navchannia fakhivtsiv podatkovoi militsii [Physical training system of vocational training of tax police specialists]. *Extended abstract of candidate's thesis*. Irpin [in Ukrainian].
7. Podlesnyy, A. I. (2011). Innovatsionnye usloviya professionalno-prikladnoy fizicheskoy podgotovki studentov-sudovoditeley [Innovative conditions of professionally-applied physical preparation of students-skipper]. *Pedagogika, psyhologiya ta mediko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports, 1, 107-111* [in Russian].
8. Malyar, E. I. & Budny, V.E. (2009). Professionalno-prikladnaya fizicheskaya podgotovka studentov v systeme vysshogo professionalnogo obrazovaniya [Professionally-applied physical training of students in higher vocational education system]. *Pedagogika, psyhologiya ta mediko-biologichni problemy fizychnoho vykhovannia i sportu – Pedagogy, psychology and medical-biological problems of physical education and sports, 12, 120 –122* [in Russian].

Лариса Сергеевна Луценко,

кандидат наук по физическому воспитанию и спорту, доцент, заведующая кафедрой физического воспитания №2,

Национальный юридический университет им. Я. Мудрого,

І. О. Бодренкова

вул. Пушкінська, 77, г. Харків, Україна

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ БУДУЩИХ ЮРИСТОВ СРЕДСТВАМИ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ

О значении физической подготовки в обеспечении подготовленности специалиста к реализации себя в профессиональной деятельности студенты имеют очень неточное представление, большая часть студенческой молодежи даже не представляет особенностей самой профессиональной деятельности, которую они выбрали. Это касается и познания роли физической культуры и спорта для подготовленности человека к различным сложным жизненным ситуациям. Значимость и актуальность целенаправленного использования средств физической культуры для обеспечения подготовки к профессиональной деятельности, успешного освоения профессии и для оптимизации условий профессионального труда сегодня не вызывает сомнения. О тесной взаимосвязи физической культуры и трудовой профессиональной деятельности говорит уже тот факт, что существует целый ряд понятий, которые, с одной стороны, характеризуют те или иные элементы и стороны профессиональной деятельности, а с другой – входят в структуру понятий физической культуры. Целенаправленное использование средств и методов физической культуры в контексте личностно-ориентированной парадигмы образования обеспечивает комплексное и наиболее полное удовлетворение социальных и личностных потребностей человека, отвечает требованиям профессионального образования. Разработаны специальные игровые комплексы физической подготовки для обеспечения подготовленности специалиста к реализации себя в профессиональной деятельности. Проанализированы литературные источники и практический опыт работы преподавателей высшей школы, определены профессионально важные физические качества студентов, обучающихся специально-

сти «юриспруденція»: координаційні здібності (швидкість перестройки рухової діяльності, диференціювання просторово-часових і динамічних параметрів руху, орієнтація в просторі, скоординованість і статокінетична стійкість); швидкісна сила (взривна, стартова); швидкісні здібності (реакція вибору руху, реакція на рухомий об'єкт) і спеціальна витривалість. Виявлено, що систематичне застосування спеціальних ігрових завдань в сукупності з традиційними засобами фізичного виховання в процесі фізичної підготовки забезпечує суттєве підвищення рівня найбільш важливих фізичних якостей студентів, навчаючись юридичним спеціальностям. Найбільш високі темпи приросту виявлені в показателях швидкісно-силових, просторово-часових і динамічних параметрів руху, орієнтації в просторі, а також в спеціальній витривалості.

Ключові слова: фізична культура, професійна діяльність, професійні якості, майбутні юристи.

Larysa Lutsenko,
*PhD in Physical Education and Sports (Candidate of Sciences),
Associate Professor, Head of the Department of Physical Education #2,
Yaroslav Mudryi National Law University,
I. A. Bodrenkova,
77, Pushkinska Str., Kharkiv, Ukraine*

FORMATION OF FUTURE LAWYERS' PROFESSIONALLY IMPORTANT QUALITIES BY MEANS OF PHYSICAL TRAINING

As a rule students don't understand the importance of physical fitness in providing professional training of self-realization in professional activities, most of them can't even imagine the features of the professional activities they have chosen. This also relates to the understanding of the role of physical education and sports for a human's preparedness for some complicated life situations. Nowadays there is no doubt about the importance and relevance of purposeful use of physical training for preparing for professional work, successful mastering the profession and optimizing the conditions of professional activity. There is a close interconnection between physical education and professional activity, which is proved by the fact that there are a number of concepts that, on the one hand, characterize certain elements of professional activities, and on the other hand they are the parts of the structure of physical culture concepts. Purposeful use of means and methods of physical training in the context of student-oriented educational paradigm provides complex and most complete satisfaction of social and personal needs of individuals who meet the requirements of professional education. Special play structures for physical training for providing specialists' preparation for self-realization in professional activities are developed. The author has analyzed scientific literature and practical experience of high school teachers and defined professionally important physical qualities of students, who are engaged into specialty "Jurisprudence"; they are the following: coordination abilities (speed of motor actions adjustment, spatial and temporal differentiation and dynamic parameters of motion, orientation in space, coordinated static and kinesthetic and stability); speed power (explosive, starting); speed capabilities (response of choice movement, a reaction to moving object) and special endurance. The author has also found out that the systematic use of special game tasks together with traditional means of physical education in the physical training provides a significant increase of the most important physical qualities of students engaged into legal specialties. The highest growth rates have been revealed in indices of speed-power, space-time and dynamic parameters of motion, orientation in space, as well as in special endurance.

Keywords: physical education, professional activity, professional quality, future lawyers.

Рецензент: доктор медичних наук, професор О. П. Романчук

Подано до редакції 06.03.2015