

# СПРЯМОВАНІСТЬ НАВЧАЛЬНИХ ДИСЦИПЛІН ПІДГОТОВКИ ВЧИТЕЛЯ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ НА ДОСЛІДНИЦЬКУ ДІЯЛЬНІСТЬ

**Хлібкевич Сергій**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

Існуюча система підготовки сучасного учителя фізичної культури не здатна швидко реагувати на сучасні вимоги суспільства до фахівців цього профілю; реальний рівень професійної майстерності, фахових знань, умінь та навичок у дослідницькій та здоров'язберігальній діяльності, які отримані у процесі навчання, є недостатніми для успішного професійного становлення. Саме тому подолання означених проблем та ефективної реалізації розробленої структурно-функціональної моделі формування дослідницької компетентності майбутніх учителів фізичної культури вважаємо за необхідне описати її змістово-організаційну складову.

Методика формування дослідницької компетентності майбутнього учителя фізичної культури передбачає певну послідовність наступних етапів: початковий (мотиваційно-аналітичний), базовий професійний (організаційно-діяльнісний), професійно-адаптивний. Кожен із зазначених етапів передбачає реалізацію відповідних напрямів педагогічного супроводу процесу формування дослідницької компетентності.

Інтеграційно-дослідницький комплекс навчальних дисциплін включає три площини інтеграції – базова площина інтеграції (БПІ), вторинна площина інтеграції (ВПІ) і третинна площина інтеграції (ТПІ). Базова площина інтеграції реалізується на трьох етапах підготовки через комплекс дисциплін першого рівня дослідницької активності (1 ДА-рівень). Які становлять ядра інтеграції (ЯІ). Так на початковому (мотиваційно-аналітичному) етапі ІДК є двоядерним і представлений навчальними дисциплінами «Основи наукових досліджень у фізичній культурі» і «Технологія тестування рухових здібностей».

Навчальна дисципліна «Основи наукових досліджень у фізичній культурі» включає 4 кредити ЄКТС, що становить 120 годин навчального часу, з яких 30 годин лекцій, 18 – практичних та 72 години

самостійної роботи. Дисципліна вивчається у 4 семестрі на початковому (мотиваційно-аналітичному) етапі підготовки учителя фізичної культури [1].

Мета вивчення навчальної дисципліни «Основи наукових досліджень у фізичній культурі» – розкриття закономірностей проведення наукових досліджень, методики проведення аналізу та обробки результатів, формування у студентів цілісної системи знань про науково-дослідну роботу, розвиток творчого мислення, формування вмінь і навичок самостійної розумової праці.

Змістовий модуль дисципліни «Теоретичні аспекти методології науково-дослідної роботи у фізичній культурі» передбачає вивчення таких лекцій: «Загальна характеристика наукових досліджень у сфері фізичної культури і спорту»; «Основи методології науково-дослідної роботи»; «Науково-дослідна робота студента в системі навчального процесу»; «Методи наукових досліджень у сфері фізичної культури і спорту». Змістовий модуль дисципліни «Практичні аспекти науково-дослідної роботи у фізичній культурі» розглядається через вивчення таких тем: «Медико-біологічні методи дослідження у фізичній культурі та спорті», «Психологічні методи дослідження у фізичній культурі та спорті», «Педагогічний контроль у системі фізичної культури і спорту», «Курсова, кваліфікаційна, дипломна роботи: написання, оформлення, захист».

Також на цьому етапі вивчається дисципліна «Технологія тестування рухових здібностей», яка включає 4 кредити ЄКТС, 120 годин навчального часу, з яких 18 годин відведено на лекції, 18 практичних робіт і 84 години самостійної роботи [2].

Мета вивчення навчальної дисципліни - формування у студентів цілісної системи теоретичних і методичних знань, умінь і навичок контролю та оцінки розвитку рухових здібностей людини; розвиток професійного мислення та професійно-значущих особистісних якостей. Вивчення курсу передбачає зв'язок з такими дисциплінами як: «Теорія і методика фізичного виховання», «Спортивна метрологія», «Біомеханіка», «Фізіологічні основи фізичного виховання», «Теорія і методика викладання спортивних ігор», «Теорія і методика викладання гімнастики». В структурі дисципліни виділено два змістових модулі: «Основи теорії тестів та методологія тестування» та «Метрологічні основи контролю розвитку рухових здібностей».

Змістовий модуль: «Основи теорії тестів та методологія тестування» передбачає вивчення таких тем:

Тема 1. «Основи теорії тестів» (Основи теорії тестування рухових здібностей. Історичні відомості вчення про тести. Тестування у фізичному вихованні. Класифікація рухових тестів. Інформативність тестів. Шляхи підвищення надійності).

Тема 2. «Методологія тестування» (Вибір тестів. Умови та частота проведення тестування. Педагогічна оцінка. Реєстрація результатів тестових вимірювань).

Змістовий модуль «Метрологічні основи контролю розвитку рухових здібностей» включає такі теми:

Тема 3. «Тестування рухових здібностей в зарубіжних країнах: досвід і перспективи» (Європейська система тестування рухових здібностей. Загальні відомості про ЄВРОФІТ. Методика тестування рухових здібностей школярів. Антропометричні вимірювання. Міжнародні тести фізичної підготовленості дітей та молоді).

Тема 4. «Основи методики тестування розвитку рухових якостей людини» (Тестування координаційних здібностей. Здібність до оцінки та регуляції просторово-часових та динамічних параметрів рухів. Здібність до орієнтування у просторі. Здібність до збереження стійкості пози (рівноваги). Координованість рухів. Тестування силових здібностей. Контроль максимальної сили. Контроль швидкісної сили. Контроль силової витривалості та комплексне визначення силових здібностей. Тестування швидкісних здібностей. Визначення швидкості в цілісних рухових діях. Тестування елементарних форм прояву швидкості: рухова реакція; частота рухів; швидкість одиночного руху. Тестування гнучкості. Гоніометри. Контроль рухливості у кульшових суглобах. Контроль рухливості у суглобах хребетного стовпа. Контроль рухливості у плечових суглобах. Тестування витривалості. Поняття і структура здібності до витривалості людини. Контроль розвитку загальної витривалості та фізичної працездатності. Контроль розвитку специфічної витривалості. Контроль розвитку спеціальної витривалості.

Тема 5. «Технології тестування рухових здібностей у діяльності учителя фізичної культури» (Рухові тести у шкільній програмі з фізичної культури. Поняття про сенситивні періоди розвитку рухових якостей. Тестування в системі спортивного відбору. Особливості тестування дітей із порушення рівня здоров'я).

## Література:

1. Корносенко О. К. Робоча програма навчальної дисципліни «Основи наукових досліджень у фізичній культурі» підготовки здобувачів освітнього ступеня бакалавр за спеціальністю 014. Середня освіта (Фізична культура) / 017 Фізична культура і спорт; предметною спеціалізацією 014.11. Середня освіта (Фізична культура) / 017 Фізична культура і спорт. – Полтава, 2018. – 12 с.
2. Тараненко І. В. Робоча програма навчальної дисципліни «Технології тестування рухових здібностей» підготовки здобувачів першого рівня вищої освіти «бакалавр» спеціальністю / предметною спеціалізацією/предметною 014 Середня освіта спеціальністю / спеціалізацією – 014 Середня освіта (Фізична культура) – 2018 р. – 12 с.

## ОСОБЛИВОСТІ ПОБУДОВИ КОЛОВОГО ТРЕНУВАННЯ У ЖІНОЧОМУ ФУТЗАЛІ ДЛЯ РОЗВИТКУ СИЛОВИХ ЗДІБНОСТЕЙ

**Шаповал Євгенія, Воскобойник Анна, Тищенко Аліна**

*Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка*

**Постановка проблеми.** Організаційно-методичну форму занять фізичними вправами, що відповідає сучасному методу колового тренування уперше застосували англійські фахівці Р. Морган і Г. Адамсон з метою підвищення зацікавленості школярів і студентів до занять. Вони назвали цей метод «Circuit-training». У подальшому метод колового тренування під назвою «kreistraining» набув широкої популярності в колишній НДР (М. Шолих) [5] та в інших країнах. В роботі білоруського фахівця І. Гуревича [3] наводиться 1500 вправ для колового тренування, які згруповані ознакою їх переважного впливу на розвиток тієї чи іншої рухової якості.

Гра у футзал вимагає прояву силових здібностей: гравці повинні проявляти силові здібності при виконанні рухів з м'ячем: удари, передачі, ведення; і без м'яча: відкривання, стартів, стрибків, поштовхів і інше в незначні проміжки часу. Фізична підготовка є одним із ключових компонентів підготовки жінок, які займаються футзалом. Фізична підготовка є основою навчально-тренувального процесу з футзалу, це процес формування рухових умінь і навичок, розвитку фізичних здібностей необхідних для гри у футзал. Розрізняють загальну і спеціальну фізичну підготовку. Загальна фізична підготовка(ЗФП) –