

## АНОТАЦІЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ КОНТРОЛЬ І ТЕСТУВАННЯ У ФІЗИЧНІЙ КУЛЬТУРІ

**1. Метою вивчення навчальної дисципліни «Контроль і тестування у фізичній культурі»** є формування фахових та спеціальних компетентностей майбутніх вчителів фізичної культури закладів загальної середньої освіти, викладачів закладів вищої освіти у процесі їх подальшої професійної діяльності та з метою опанування основними засобами та методами контролю у фізичній культурі. Навчальна дисципліна «Контроль і тестування у фізичній культурі» взаємопов'язана з такими навчальними дисциплінами: «Сучасні освітні технології у фізичній культурі», «Олімпійський і професійний спорт», «Сучасні аспекти організації рухової активності населення».

**2. Перелік компетентностей, здобуття яких гарантуватиме вивчення навчальної дисципліни.**

Відповідно до освітньо-професійної програми (затверджена ухвалою вченої ради К-ПНУ імені Івана Огієнка від 28 травня 2020 року, протокол за № 3) у здобувачів вищої освіти другого (магістерського) рівня формуються наступні *загальні компетентності*:

- здатність здійснювати науково-дослідну діяльність;
- проводити наукові дослідження на відповідному рівні;
- володіти передовими методами керівництва учнями та студентами, навичками виховної роботи у відповідних навчальних закладах;
- навички використання інформаційних і комунікаційних технологій;
- прихильність безпеці.

*Спеціальні фахові компетентності:*

- володіти сучасними знаннями про олімпійський і професійний спорт в Україні та світі загалом;

- проведення індивідуальних та групових оздоровчо-рекреаційних занять з учнівськими колективами, людьми різних вікових груп з урахуванням параметрів їх здоров'я та фізичної і технічної підготовленості;

- розробка нових комплексів фізичних вправ та програм оздоровчого фітнесу;

- вивчення нових сучасних підходів в організації діяльності фізкультурно-спортивних колективів, спортивних секцій, спортивних клубів та команд на основі менеджменту і маркетингу фізичного виховання і спорту;

- формування готовності забезпечувати високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності.

### **Сфера реалізації здобутих компетентностей під час працевлаштування.**

*Загальні компетентності:*

1. *Здатність здійснювати науково-дослідну діяльність.* Майбутні вчителі фізичної культури, викладачі закладів вищої освіти у своїй професійній діяльності широко використовують різноманітні методи дослідження із їх теоретико-методичним обґрунтуванням. У змозі визначати мету, завдання, об'єкт, предмет дослідження. Робити відповідні висновки.

2. *Проводити наукові дослідження на відповідному рівні.* Використання у своїй професійній діяльності новітніх теоретичних і практичних методів дослідження дасть змогу майбутнім фахівцям у сфері фізичної культури і спорту володіти повноцінною інформацією щодо останніх наукових досліджень.

3. *Володіти передовими методами керівництва учнями та студентами, навичками виховної роботи у відповідних навчальних закладах.* Організація та проведення тестових випробувань чи функціональних проб передбачає володіння майбутніми педагогами сучасними методами керівництва

досліджуваними, визначенням пріоритетних шляхів отримання достовірної інформації.

#### *4. Навички використання інформаційних і комунікаційних технологій.*

Сучасні інформаційні технології сьогодення вимагають якомога швидшої реалізації їх у процесі наукового пізнання. Комунікативні технології вимагають від майбутніх фахівців пошуку нових видів спілкування, визначення пріоритетних засобів комунікації.

*5. Прихильність безпеці.* Техніка безпеки та охорона праці на сучасному етапі розвитку людства одна із важливих складових сьогодення. Майбутні вчителі фізичної культури, викладачі закладів вищої освіти під час здійснення тестових випробувань, функціональних проб повинні дотримуватися техніки безпеки і охорони праці, мати належний рівень теоретичної та практичної обізнаності.

#### *Спеціальні фахові компетентності:*

*1. Володіти сучасними знаннями про олімпійський і професійний спорт в Україні та світі загалом.* Підготовка висококласного професіонала у сфері фізичної культури і спорту вимагає його обізнаності у всіх сферах людської діяльності, не виключенням є й знання у сфері олімпійського і професійного спорту, адже досягнення спортивної науки доречним було б впроваджувати у фізичну культуру і спорт різних верств населення.

*2. Проведення індивідуальних та групових оздоровчо-рекреаційних занять з учнівськими колективами, людьми різних вікових груп з урахуванням параметрів їх здоров'я та фізичної і технічної підготовленості.* Визначення можливості проведення оздоровчо-рекреаційних занять з учнями різних вікових груп, здобувачами вищої освіти, людьми різних вікових груп потребує інформації щодо розвитку їх загальної фізичної підготовки, функціональних можливостей і т.д. Дисципліна «Контроль і тестування у фізичній культурі» дає можливість здобувачам вищої освіти оволодіти саме такими знаннями.

3. Розробка нових комплексів фізичних вправ та програм оздоровчого фітнесу. Майбутній вчитель фізичної культури, викладач закладу вищої освіти володіє сучасними методами створення інноваційних комплексів фізичних вправ та програм оздоровчої спрямованості, готує комплекси тестових випробування для вищезначених форм рухової активності.

4. Формування готовності забезпечувати високий науково-теоретичний і методичний рівень викладання дисциплін у повному обсязі освітньої програми відповідної спеціальності. Оволодіння сучасними знанням з навчальної дисципліни «Контроль і тестування у фізичній культурі» дасть змогу майбутніх фахівцям забезпечити високий науково-теоретичний і методичний рівень як теоретичних так і практичних знань.

### **3. Зміст навчальної дисципліни за модулями та темами**

#### **Змістовий модуль 1**

#### **Теоретико-методичні особливості використання контролю та тестування у фізичній культурі і спорті**

Тема 1. Мета і види контролю у фізичній культурі і спорті.

Тема 2. Система визначення і оцінки фізичного стану різних верств населення.

Тема 3. Оцінка функціонального стану дихальної, серцево-судинної систем різних верств населення.

Тема 4. Методи вимірювання рухової активності різних верств населення.

Тема 5. Оцінка ступеня опірності організму до несприятливих факторів зовнішнього середовища.

Тема 6. Комплексне оцінювання здоров'я дітей, підлітків, молоді та дорослого населення.

Тема 7. Методика визначення рівня фізичного здоров'я за Апанасенком.

Тема 8. Методика визначення рівня загальної фізичної підготовки учнів молодших класів закладу загальної середньої освіти.

Тема 9. Методика визначення рівня загальної фізичної підготовки учнів середніх класів закладу загальної середньої освіти.

Тема 10. Методика визначення рівня загальної фізичної підготовки учнів старших класів закладу загальної середньої освіти.

Тема 11. Методика визначення рівня загальної фізичної підготовки здобувачів вищої освіти.

Тема 12. Методика визначення фізичного стану різних верств населення.

Тема 13. Методика визначення функціонального стану серцево-судинної системи.

Тема 14. Методика визначення функціонального стану дихальної системи.

Тема 15. Методика визначення рухової активності різних верств населення

#### **4. Обсяг вивчення навчальної дисципліни:**

- кількість кредитів ЄКТС – 5;
- кількість годин – 150;
- кількість аудиторних годин – 52, 12 годин лекцій, 38 годин практичних занять;
- кількість годин самостійної роботи – 98.

#### **5. Форма семестрового контролю – екзамен.**

#### **6. Інформація про науково-педагогічних працівників, які забезпечують викладання дисципліни:**

Прозар Микола Володимирович, завідувач кафедри спорту і спортивних ігор, кандидат наук з фізичного виховання та спорту, доцент.

Авінов Віталій Леонідович, викладач кафедри спорту і спортивних ігор.

#### **7. Перелік основної літератури:**

1. Костюкевич В. М., Шевчик Л. М. Спортивна метрологія: [Навчальний посібник для студентів факультетів фізичного виховання педагогічних факультетів] Вінниця: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2001. 183 с.
2. Костюкевич В. М. Метрологічний контроль у фізичному вихованні та спорті: навчальний посібник 2-е вид. перероб. та доп. Київ: КНТ, 2017. 256 с.
3. Круцевич Т. Ю. Воробйов М. І., Безверхня Г. В. Контроль у фізичному вихованні дітей, підлітків і молоді. Навчальний посібник. Видання 2-е доповнене. 2011, Освіта. 2011. 300 с.
4. Сергієнко Л. П. Спортивна метрологія: теорія і практичні аспекти: Підручник. Київ: КНТ, 2010. 776 с.
5. Солопчук М. С. Федірко А. О. Основи науково-методичної діяльності у галузі фізичної культури і спорту: навчальний посібник. Кам'янець-Подільський: ПП Буйницький О. А., 2006. 224 с.