

фізическої підготовленості, необхідної юним спортсменам на початковому етапі багаторічної підготовки. Крім того, був обґрунтований комплексний підхід до методів організації процесу початкової підготовки по легкій атлетикі, що дозволяє використовувати ігрову та спортивно-ігрову форми проведення навчально-тренувального заняття.

Отримані результати та висновки можуть бути використані вчителями фізическої культури в спортивній практиці.

#### **Список джерел інформації.**

1. Бальсевич, В.К. Теорія та технологія спортивно орієнтованого фізического виховання в масовій загальноосвітній школі / В.К. Бальсевич, Л.І. Лубышева // Фізическа культура: виховання, освіта, тренування. – 2008. – № 5. – С. 50–53.
2. Врублевський, Е.П. Легка атлетика: основи знань (в питаннях та відповідях): навч. посібник / Е. П. Врублевський. - М.: Спорт, 2016. – 240 с.
3. Мирзоев, О.М. Теоретическі та методическі основи індивідуалізації тренувального процесу легкоатлетів: метод. посібник / О.М. Мирзоев, Е.П. Врублевський. - М.: РГУФК, 2006. - 100с.
4. Синявський, Н.І. Зміст уроків фізическої культури освітньо-тренувальної спрямованості / Н.І. Синявський, Р.І. Садыков // Учені записки університету імені П.Ф. Лесгафта. – 2012. – № 4 (86). – С. 137–141.
5. Хромин, Е.В. Навчально-тренувальна спеціалізація як один з сучасних теоретико-методических підходів до вдосконалення фізкультурного освіти школярів / Е.В. Хромин // Фізическа культура: виховання, освіта, тренування. - 2015. - № 3. – С. 21-26.

## **КОНТРОЛЬ СПЕЦІАЛЬНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ З ВИДІВ СПОРТУ**

**Глядя С. О., Колісниченко А. О.**

*Національний технічний університет  
«Харківський політехнічний інститут»*

*Україна, м. Харків, glada.serg2008@gmail.com, a\_kolesnichenko@ukr.net*

**Анотація.** Фізичне виховання студентської молоді на сучасному етапі потребує впровадження нових інноваційних технологій у навчально-виховний процес, створенню відповідних умов проведення навчальних занять, перегляду змісту навчального матеріалу, форм контролю фізичного стану тощо.

Однією з форм контролю фізичного стану студентів є контроль спеціальної підготовленості з видів спорту.

**Ключові слова:** фізичне виховання, студент, спеціалізації з видів спорту, підготовка.

**Вступ.** Фізичне виховання — одна із багатьох навчальних дисциплін, якою потрібно оволодіти студентам за час навчання у закладі вищої освіти (ЗВО), яка має власну організацію навчального процесу, контрольні заходи.

Багатостороння фізична підготовленість молодого фахівця стає важливою і невід’ємною складовою будь-якої професії, її надійним фундаментом, а розвиток фізичних якостей взаємно прискорює цей процес.

В НТУ «ХПІ» навчальний процес з фізичного виховання здійснюється у формі навчальних занять, основним видом яких є практичні заняття зі спеціалізацій з видів спорту, які розвинуті на кафедрі фізичного виховання.

Тому є об’єктивна потреба щодо проведення контролю спеціальної підготовленості студентів в обраному виді спорту.

**Мета дослідження** полягає у контролі показників спеціальної підготовки студентів основної медичної групи і результатів їх змагальної діяльності з видів спорту на основі об’єктивної оцінки різних сторін підготовленості.

**Результати дослідження та їх обговорення.** Відповідно до завдань фізичного виховання, обсягу та специфіки викладання навчальний процес включає в себе два взаємопов’язаних змістовних компонента:

— базові заняття з фізичного виховання, які забезпечують формування основ фізичної культури особистості;

— спортивний компонент, який доповнює базовий і включає заняття в обраному виді спорту, враховуючи індивідуальність кожного студента, його мотиви, інтереси, потреби.

**До основної медичної групи** включають студентів без відхилень у стані здоров’я, які мають достатню фізичну підготовленість. У якості основного навчального матеріалу в даній групі використовуються обов’язкові види навчальних занять у повному обсязі, а також здачу всіх контрольних нормативів. Для студентів основної медичної групи рекомендуються додаткові заняття в обраному виді спорту.

**До підготовчої медичної групи** включають студентів, які мають незначні відхилення у фізичному розвитку й стані здоров’я, а також недостатню фізичну підготовленість. У даній групі можна використовувати ті ж обов’язкові види навчальних занять, але за умови поступового освоєння вправ, що пред’являють підвищені вимоги до організму.

Навчальні заняття з фізичного виховання в підготовчій групі проводяться разом з основною групою за навчальною програмою з фізичного виховання. Студенти цієї групи також здають встановлені контрольні нормативи, але вони мають потребу в деяких обмеженнях навантажень і поступовому освоєнні комплексу рухових навичок й умінь.

У складі основної медичної групи є спортивне навчальне відділення за видами спорту.

У спортивне навчальне відділення (навчальні групи за видами спорту) зараховуються студенти, віднесених за станом здоров’я до основної медичної групи, які за результатами контрольного тестування мають позитивні показники фізичної і спортивної (показники виконання спортивної кваліфікації) підготовленості

та виявили бажання поглиблено займатися і вдосконалювати свою майстерність в одному з видів спорту. Навчально-тренувальні заняття будуються на основі дотримання принципів спортивного тренування (систематичність, регулярність, циклічність, єдність загальної та спеціальної підготовки тощо).

Студенти спортивного відділення виконують обов'язкові залікові вимоги і нормативи, встановлені для основного відділення.

### **Характеристика основної медичної групи та особливості організації навчальних занять**

<b>Медична група</b>	<b>Критерії віднесення до медичної групи</b>	<b>Загальна характеристика фізичного навантаження</b>	<b>Рекомендації</b>
Основна група	Здорові (або практично здорові, тобто з незначними відхиленнями в стані здоров'я) студенти, які мають достатню фізичну підготовленість, гармонічний, високий або середній рівень фізичного розвитку.	Фізична підготовка проводиться в повному обсязі згідно з навчальними програмами з урахуванням індивідуальних особливостей розвитку.	Дозволяються додаткові заняття спортом. Дозвіл лікаря до занять, які супроводжуються підвищеними фізичними навантаженнями (заняття в спортивних секціях), надається тільки після додаткового поглибленого обстеження.
Підготовча група	Студенти, які мають несуттєві відхилення в стані здоров'я, без достатньої фізичної підготовленості та/або з незначними порушеннями фізичного розвитку (що не перешкоджають заняттям за загальними навчальними програмами з фізичного виховання), а також після перенесених гострих захворювань (певний термін).	Заняття проводяться разом з основною групою, але з поступовим збільшенням навантаження, без здачі контрольних нормативів.	Не рекомендовано заняття в спортивних секціях, але рекомендовано додаткові заняття у групах загально-фізичної підготовки з метою ліквідації недоліків у фізичній підготовці (за індивідуальними комплексними завданнями вправ, спрямованих на зміцнення певної групи м'язів, на оволодіння певними руховими навичками або підвищення рівня їх виконання).
Спортивне навчальне відділення	Здорові студенти, які мають достатню фізичну підготовленість, високий або середній рівень фізичного розвитку.	Фізична підготовка проводиться в повному обсязі згідно з навчальними програмами зі видів спорту.	Регулярні заняття спортом. Дозвіл лікаря до занять обов'язковий.

При проведенні практичних занять зі спеціалізацій використовуються засоби та методи відповідних видів спорту, виконуються відповідні види підготовки:

- загальна фізична підготовка;
- спеціальна фізична підготовка.

Кожен вид спорту пред'являє свої специфічні вимоги до підготовленості спортсмена — рівнем розвитку окремих фізичних якостей. Тому є певні відмінності як у змісті і методики фізичної підготовки в тому чи іншому виді спорту, так і спортсменів різного віку, статі і кваліфікації.

Виділяють три основні види контролю: етапний, поточний, оперативний, кожний з яких характеризує відповідний тип стану спортсмена (людини).

Етапний контроль дозволяє оцінити етапний стан спортсмена як наслідок тривалого тренувального ефекту, тобто результат досить тривалої підготовки одного або двох навчальних років, макроциклу (у нашому випадку може бути семестр), періоду або етапу.

Поточний контроль спрямований на оцінку поточного стану спортсмена після декілька блоків занять, серій навантаження, завдань (навчально-тренувальних або змагальних).

Оперативний контроль передбачає оцінку оперативного стану спортсмена, тобто термінових реакцій організму на навантаження у ході окремих навчально-тренувальних занять або змагань.

Залежно від кількості приватних завдань, об'єму показників, які включено до програми досліджень може бути поглиблений, виборчий, локальний контроль.

Поглиблений контроль надає всебічну оцінку підготовленості, ефективності змагальної діяльності, якості навчально-тренувального процесу за минулий час (етап, період тощо).

Виборчий контроль оцінює будь яку із сторін підготовленості або працездатності, змагальної діяльності або навчально-тренувального процесу.

Локальний контроль дозволяє оцінити досить обмежені сторони рухової функції, можливостей окремих функціональних систем тощо.

Залежно від застосовуваних засобів та методів характер контролю може бути педагогічний, соціально-психологічний та медико-біологічний.

Метою педагогічного контролю є оцінювання рівня фізичної, техніко-тактичної підготовленості, особливості виступу на змаганнях, динаміка спортивних результатів, структура та зміст навчально-тренувальних занять. Тому, саме педагогічний контроль як найбільш доступний та ефективний може бути застосований в оцінюванні рівня спеціальної підготовленості студентів з видів спорту.

Таким чином, об'єктом контролю спеціальної підготовленості студентів з видів спорту буде зміст навчально-тренувального процесу з фізичного виховання, змагальної діяльності, стан різних сторін підготовленості студентів (технічної, тактичної, фізичної).

Висновки. Контроль спеціальної підготовленості студентів дасть викладачам отримати оперативну інформацію для подальшого планування, корегування спеціальної підготовки, розвитку фізичних якостей, рухових здібностей, їх оцінки у специфічних рухах або вправах з урахуванням їх форми, часу та швидкості виконання тощо.