

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ КОРАБЛЕБУДУВАННЯ
ІМЕНІ АДМІРАЛА МАКАРОВА

**АКТУАЛЬНІ ПРОБЛЕМИ СПОРТУ,
ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ, ЗДОРОВ'Я ЛЮДИНИ**

**Матеріали
Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів,
аспірантів та молодих учених**

м. Миколаїв, 28–29 жовтня 2021 року

Редакційна колегія:

Адаменко О. О., канд. пед. наук, доцент кафедри ТООПС
Бірюк С. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ТООПС
Деркач В. М., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент кафедри ФВС
Марцінковський І. Б., канд. мед. наук, доцент кафедри ТООПС
Сокол О. В., доцент кафедри ФВС
Савіна О. Ю., канд. техн. наук, доцент кафедри ФВС
Челушкіна М. В., провідний фахівець кафедри ТООПС

Головний редактор:

Кувалдіна О. В., канд. наук з фіз. вих. та спорту, доцент,
завідувач кафедри ТООПС

Матеріали надруковані в авторській редакції.

*За зміст матеріалів і достовірність наведених даних
несуть відповідальність автори публікації та їх наукові керівники.*

Актуальні проблеми спорту, фізичного виховання, здоров'я людини :
А 43 матеріали Всеукраїнської науково-практичної конференції студентів, аспірантів
та молодих учених, 28–29 жовтня 2021 року. – Миколаїв: НУК імені адмірала
Макарова, 2021. – 318 с.

ISBN 978-966-321-436-8

У збірнику представлено тези за напрямками роботи конференції:
"Олімпійський рух, олімпійська освіта: історія проблеми, можливості";
"Олімпійський та професійний спорт: проблеми та перспективи розвитку";
"Фізичний стан, контроль фізичної підготовки та успішності фізичного
виховання"; "Адаптивна фізична культура і спорт"; "Розвиток Wellness-індустрії
в Україні та світі". Матеріали конференції становлять науковий інтерес для
науково-педагогічних працівників, тренерів, спортсменів, викладачів, наукових
співробітників.

Отримані результати відображають досить широкий спектр думок, який умовно можна розділити на наступні групи:

- 1) респонденти, повністю підтримують допінг;
- 2) група «вагаються» респондентів;
- 3) респонденти, які заперечують допінг.

За результатами проведення опитування можна зробити висновок, що з дорослішанням спортсмена змінюється його ставлення до допінгу, стаючи більш ліберальним. При цьому не можна не відзначити, що позитивне ставлення до допінгу у цієї групи спортсменів часто збігається з позицією їх тренера по даному питанню.

Подальші дослідження планується проводити в напрямку роботи зі спортсменами із застосуванням інтерактивних методів про вплив допінгу на стан здоров'я спортсмена, побічні ефекти та відхилення.

Література

1. Бадрак К. А. Допинг в спорте как проблема нравственности. *Физическая культура: воспитание, образование, тренировка*. 2010. №1. С. 70–72.
2. Иглин А. В. Допинг: биолого-правовое исследование. *Научное обозрение. Биологические науки*. 2016. № 6. С. 23–35. URL: <https://science-biology.ru /ru/article/view?id=1019>
3. Еремеева Л. В. Проблема допинга и ответственности за его потребление и распространение. *Наркология*. 2009. №8. С. 98–99.

ВИДИ СПОРТИВНОГО ТЕСТУВАННЯ

Шундяк А. В., Сокол О. В.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова, Миколаїв

Тестування поширено і використовується в практиці спортивної медицини, у фізичній культурі й оздоровчій роботі [3]. В теперішній час тестування розвитку фізичного стану людини є достатньо актуальним, тесті призначені не лише оцінювати і контролювати рівень фізичного розвитку й отриманих знань і вмінь, але й з метою діагностики стану організму людини. [4].

Проблема якості проведення діагностичних тестів, визначення якісної оцінки фізичної підготовленості й розвитку фізичних якостей студентів представляється доволі вагомим.

Інтегративним можна назвати тест, що складається з таких завдань, правильні відповіді на які вимагають інтегрованих (взаємопов'язаних, узагальнених) знань двох або більшого числа навчальних дисциплін. Використання таких тестів в школі, як контролюючих, так і навчальних – відмінний засіб реалізації міжпредметних зв'язків у навчанні.

Загальна орієнтація задуму побудови тесту: нормативно-орієнтовані або критеріально-орієнтовані (предметно-орієнтовані) [1].

При нормативно-орієнтованому підході розробляються тести для порівняння випробовуваних за рівнем навчальних досягнень.

Головною відмінністю предметно-орієнтованого тестування є інтерпретація виконання тесту з точки зору його змісту. Наголос робиться на строго певну змістовну область (що тестовані можуть і що знають), а не на те, як вони виглядають на тлі інших.

Дидактико-психологічна орієнтація тесту: тест досягнень для контролю знань теорії; тест досягнень для контролю вмінь і навичок різного ступеня складності з даного предмету, тест навченості (діагностики реальних навчальних можливостей з даного кола предметних або циклових знань – математичної, лінгвістичної.).

Окремо виділяють так звані адаптивні тести, засновані на принципі індивідуалізації навчання. Кожен учитель розуміє, що хорошого учня немає сенсу давати легкі і дуже легкі завдання, так само як немає сенсу давати важкі завдання слабкому учню. В теорії педагогічних вимірювань була знайдена міра складності завдань і міра рівня знань, зіставні в одній шкалі. Після появи комп'ютерів ця міра лягла в основу методики адаптивного контролю знань, де труднощі і число пропонованих завдань регулюються в залежності від відповідей учнів [2].

Рухові тести підрозділяються в залежності від змісту, форми і умов виконання завдання (контрольні вправи, стандартні і максимальні функціональні проби) і від спрямованості на вимір одних і тих же або різних властивостей моторики людини (гомогенні і гетерогенні тести).

Тест, в основі якого лежать рухові завдання, називається руховим. Існує три групи рухових тестів: контрольні вправи, стандартні проби, максимальні проби.

Контрольні вправи, виконуючи які спортсмен отримує завдання показати максимальний результат. Результатом тесту є рухове досягнення.

Стандартні функціональні проби, в ході яких завдання, однакове для всіх, дозується або за величиною виконаної роботи, або за величиною фізіологічних зрушень. Результатом тесту є фізіологічні або біохімічні показники при стандартній роботі або рухові досягнення при стандартній величині фізіологічних зрушень.

Гомогенний тест являє собою систему завдань зростаючої складності, специфічної форми і певного змісту – система, створювана з метою об'єктивного, якісного, і ефективного методу оцінки структури і виміри рівня підготовленості учнів по одній навчальній дисципліні. Гетерогенний тест являє собою систему завдань зростаючої складності, специфічної форми і певного змісту – система, створювана з метою об'єктивного, якісного, і ефективного методу оцінки структури і виміри рівня підготовленості учнів за кількома навчальними дисциплінами.

Нерідко в такі тести включаються і психологічні завдання для оцінки рівня інтелектуального розвитку.

Зазвичай гетерогенні тести використовуються для комплексної оцінки випускника шкіл, оцінки особистості при прийомі на роботу і для відбору найбільш підготовлених абітурієнтів при прийомі до вищих навчальних закладів. Оскільки кожен гетерогенний тест складається з гомогенних тестів, інтерпретація результатів тестування ведеться за відповідями на завдання кожного тесту (тут вони називаються шкалами) і крім того, за допомогою різних методів агрегування балів робляться спроби дати загальну оцінку підготовленості випробуваного.

Інтерпретація результатів тестування ведеться переважно на мові тестології, з опорою на середню арифметичну, моду або медіану і на так звані відсоткові норми, що показують – скільки відсотків випробуваних мають тестовий результат гірше, ніж у будь-якого взятого для аналізу випробуваного з його тестовим балом. Така інтерпретація називається нормативно-орієнтованою.

Висновки. За допомогою тестів зручно проводити контроль фізичної підготовленості й розвитку фізичних якостей, тести допомагають встановити правильність підбору засобів фізичної культури і спорту завдяки поетапному виконанню завдань тестування, які перевіряють рівень отриманих знань і вмінь, з яких складається результат тестування [5].

Література

1. Віленський М. Я. Фізична культура і здоровий спосіб життя студента: навчальний посібник / М. Я. Віленський, А. Г. Горшков. – Видавництво: Гардарики, 2007. – 218 с.
2. Годик М. А. Спортивна метрологія. Підручник для ин-тов фізичної культури. – М.: Фізкультура і спорт, 1988. – С. 5–9.
3. Годик М. А. Спортивна метрологія: Учеб. для ін-тів фіз. культ. – М.: Фізкультура і спорт, 1988.
4. Гостев Р. Г. Фізична культура і спорт в сучасних умовах / Р. Г. Гостев. – М.: Сврошколи, 2005. – 408 с.
5. Грачов О. К. Фізична культура студента / О. К. Грачов. – Ростов-на-Дону: МарТ, 2005. – 464 с.

ЗАСОБИ ГІМНАСТИКИ У ПРОФЕСІЙНО-ПРИКЛАДНІЙ ФІЗИЧНІЙ ПІДГОТОВЦІ

Яковенко Д. В., Фаріонов В. М.

Національний університет кораблебудування імені адмірала Макарова, Миколаїв

Вступ. Поняття професійно-прикладна фізична підготовка (ППФП) знайоме всім вчителям і викладачам фізичної культури середніх загальноосвітніх і вищих навчальних закладів. В даний час науково-технічний прогрес і умови