

**Міністерство освіти і науки України
Державний вищий навчальний заклад
«Національний гірничий університет»**

ЗАТВЕРДЖЕНО
Вченою радою
Державного ВНЗ «НГУ»
від 15 травня 2017 року
(протокол № 9)



**ПОЛОЖЕННЯ
ПРО ПРОВЕДЕННЯ ЩОРІЧНОГО ОЦІНЮВАННЯ
ФІЗИЧНОЇ ПІДГОТОВЛЕНОСТІ СТУДЕНТІВ**

**Дніпро
НГУ
2017**

ПЕРЕДМОВА

Розробники

Кузьменко Олександр Михайлович, голова Науково-методичної ради;

Бузило Володимир Іванович, директор Гірничого інституту;

Вілянський Володимир Миколайович, завідувач кафедри фізичного виховання та спорту;

Мартинюк Ольга Вікторівна, доцент кафедри фізичного виховання та спорту;

Мізін Геннадій Іванович, старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту;

Батечко Дмитро Петрович, викладач кафедри фізичного виховання та спорту;

Печена Валентина Михайлівна, старший викладач кафедри фізичного виховання та спорту;

Кравченко Катерина Геннадіївна, викладач кафедри фізичного виховання та спорту.

Нормативні посилання

1. Постанова Кабінету Міністрів України «Про затвердження Порядку проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» № 1045 від 09.12.2015 р.
2. Указ Президента України «Про Національну стратегію з оздоровчої рухової активності в Україні на період до 2025 року "Рухова активність - здоровий спосіб життя - здорова нація"» № 42/2016 від 09.02.2016 р.
3. Наказ Міністерства молоді та спорту «Про затвердження тестів і нормативів для проведення щорічного оцінювання фізичної підготовленості населення України» № 4665 від 15.12.2017 р.

1. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ ПРОВЕДЕННЯ ТЕСТУВАНЬ

Метою щорічного оцінювання є:

- визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості студентської молоді України;
- створення належних умов для фізичного розвитку різних груп студентської молоді, покращення її здоров'я;
- забезпечення здатності до високопродуктивної праці, захисту суверенітету і територіальної цілісності України;
- сприяння у вихованні патріотизму та громадської позиції.

Основним завданням щорічного оцінювання є:

- визначення рівня фізичної підготовленості студентської молоді України;
- сприяння розвитку фізичної культури серед студентської молоді України;
- формування у студентської молоді України потреби у руховій активності;
- спрямування діяльності навчальних закладів, зокрема на фізичний розвиток студентської молоді, фізкультурно-спортивних організацій на забезпечення належного рівня фізичної підготовленості студентської молоді України;
- сприяння формуванню здорового способу життя, патріотизму та національної свідомості студентської молоді України;
- сприяння створенню належних умов для підготовки та проведення щорічного оцінювання студентської молоді.

Проведення щорічного оцінювання для студентської молоді навчальних закладів усіх типів незалежно від форми власності є **обов'язковим**.

2. ТЕРМІН ТА МІСЦЕ ПРОВЕДЕННЯ

Щорічне оцінювання для студентської молоді проводиться у травні, а за необхідності може бути встановлено інший строк проведення щорічного оцінювання. Тестування проводиться на спортивній базі кафедри фізичного виховання та спорту, території університету, парку та інших місцях (стадіон та ін.)

3. КЕРІВНИЦТВО ПРОВЕДЕННЯМ ТЕСТУВАНЬ

Організація проведення щорічного тестування студентів університету виконується за наказом ректора та згідно з інструкцією Міністерства молоді та спорту.

Керівництво організацією, проведенням тестування та звітністю покладається на комісію у складі:

- проректора;
- начальника навчального відділу;
- начальника навчально-методичного відділу;
- деканів факультетів;
- завідувача кафедри фізвиховання та спорту;
- лікаря ОЛФД

Безпосереднє проведення (прийом тестів згідно інструкції Міністерства молоді та спорту) покладається на робочу комісію (суддів) із числа викладачів кафедри фізичного виховання та спорту, яка визначається розпорядженням по кафедрі.

4. УМОВИ УЧАСТІ У ТЕСТУВАННІ

Щорічне оцінювання фізичної підготовленості студентської молоді України (далі - тестування) передбачає виконання особами різної статі та віку комплексу тестів і нормативів для визначення рівня їх фізичної підготовленості.

До тестування допускаються учасники, які систематично займаються фізичною культурою і спортом, у тому числі самостійно, які пройшли медичне обстеження і допущені лікарем до тестування, а також ознайомлені з вимогами правил безпеки.

5. ПРОГРАМА ТЕСТУВАНЬ

Щорічне оцінювання проводиться згідно з відповідними тестами і нормативами

Здобувачі вищої освіти (18-20 років)

(крім військових навчальних підрозділів вищих навчальних закладів)

№ з/п	Види тестів	Стать	Нормативи, бали			
			5	4	3	2
1	Рівномірний біг 3000 м, хв., 2000 м, хв.	ч	13,0	13,3	14,2	15,3
		ж	10,3	11,15	11,5	12,3
2	Підтягування на перекладині, разів, або стрибок у довжину з місця, см	ч	14	12	11	10
			260	240	235	205
	Згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів, або стрибок у довжину з місця, см	ж	25	21	18	15
			210	200	185	165
3	Біг на 100 м, с	ч	13,2	14,0	14,3	15,0
		ж	14,8	15,5	16,3	17,0
4	Човниковий біг 4 x 9 м, с	ч	9,0	9,6	10,0	10,4
		ж	10,4	10,8	11,3	11,6
5	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	ч	13	11	9	6
		ж	20	18	16	9

Особи зрілого віку (21-25 років)

№ з/п	Види тестів	Стать	Нормативи, бали			
			5	4	3	2
1	Рівномірний біг 3000 м, хв., 2000 м, хв.	ч	12,3	13,3	13,5	14,1
		ж	10,3	11,15	11,35	12,0
2	Підтягування на перекладині, разів, або ривок гирі 16 кг, разів	ч	14	12	10	8
			40	30	20	10
	Підтягування у висі лежачи, разів, або згинання і розгинання рук в упорі лежачи, разів	ж	20	15	12	10
			20	15	10	6
3	Стрибок у довжину з місця, см	ч	240	230	225	215

		ж	200	190	180	170
4	Нахил тулуба вперед з положення сидячи, см	ч	14	12	10	8
		ж	16	14	11	8
5	Піднімання тулуба в сід, 30 с, разів, 1 хв.	ч	32	28	26	24
		ж	47	42	40	34

6. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕННЯ ТЕСТУВАНЬ

6.1. Декани факультетів разом з заступниками деканів з фізичного виховання складають попередні заявки (форма додається) на участь у тестуванні, а також особисті заяви учасників (форма додається), визначають терміни проведення за курсами, та забезпечують проходження медогляду.

6.2. Лікар ОЛФД проводить перевірку заявок, амбулаторних карт та надає допуск до тестування.

6.3. Завідувач кафедри фізвиховання та спорту розпорядженням по кафедрі призначає робочу групу (суддів) по прийому тестів із числа викладачів кафедри, які безпосередньо проводять прийом тестів згідно інструкції Міністерства молоді та спорту.

6.4. Безпосередній прийом тестів здійснюється викладачами кафедри, суддями разом з лікарем ОЛФД.

6.5. До проведення тестування можуть залучатись члени студентського самоврядування.

6.6. Після проведення тестування робоча група кафедри (судді) надає результати тестування (форма додається) комісії для аналізу та звітності.

6.7. Для посилення мотивації щорічного оцінювання керівництво університету може відзначати своїх працівників та студентську молодь в установленому порядку.