

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической
работе Учреждения образования
Федерации профсоюзов Беларуси
«Международный университет



А.Н. Лепехин

ПРАВИЛА
проведения текущей аттестации
студентов по учебной дисциплине
«Физическая культура»

ГЛАВА 1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. Настоящие Правила проведения текущей аттестации студентов по учебной программе «Физическая культура» (далее – Правила) разработаны на основании ст. 214 Кодекса Республики Беларусь об образовании от 13.01.2011 № 243-3 (в ред. от 23.07.2019 № 231-3); постановления Министерства образования Республики Беларусь от 29.05.2012 № 53 «Об утверждении правил проведения аттестации студентов, курсантов, слушателей при освоении содержания образовательных программ высшего образования»; постановления Министерства образования Республики Беларусь от 27.12.2006 № 130 «Об утверждении инструкции о работе кафедр физического воспитания и спорта высших учебных заведений»; постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 02.07.2014 № 16 «Об утверждении положения о государственном физкультурно-оздоровительном комплексе Республики Беларусь»; постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 29.09.2020 № 31 «Об изменении постановления Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 02.07.2014 № 16»; Типовой учебной программы по учебной дисциплине «Физическая культура» для учреждений высшего образования, утвержденной 27.06.2017 регистрационный № ТД-СБ.025.

2. Порядок проведения аттестации, установленный настоящими Правилами, распространяется на проведение текущей аттестации студентов Учреждения образования Федерации профсоюзов Беларуси «Международный университет «МИТСО» (далее – Университет) при освоении ими образовательных программ высшего образования I степени по дисциплине «Физическая культура».

ГЛАВА 2

ПРОВЕДЕНИЕ ТЕКУЩЕЙ АТТЕСТАЦИИ СТУДЕНТОВ УНИВЕРСИТЕТА ПО ДИСЦИПЛИНЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

1. Текущая аттестация студентов по учебной дисциплине «Физическая культура» проводится до экзаменационной сессии для определения соответствия результатов учебной деятельности обучающихся требованиям образовательных стандартов, учебно-программной документации образовательных программ высшего образования.

2. Формой текущей аттестации студентов при освоении содержания программы по учебной дисциплине «Физическая культура» является *зачет*. Обучающиеся допускаются к сдаче зачета по учебной дисциплине при условии выполнения ими всех требований, предусмотренных учебно-программной документацией учебной дисциплины «Физическая культура» в текущем семестре.

3. Студенты всех учебных отделений, выполнившие требования учебной программы «Физическая культура», сдают зачет в каждом семестре, включающий организационный, теоретический, методический и практический разделы. Итоговая оценка определяется по сумме результатов, показанных студентом по всем видам учебной деятельности.

4. Для объективной оценки учебной деятельности студента зачетные требования дифференцируются следующим образом:

организационный раздел – 100 % посещаемость занятий (но не менее 50 % учебных занятий при наличии уважительной причины, подтверждаемые соответствующими официальными документами), участие студента в различных спортивно-массовых и физкультурно-оздоровительных мероприятиях, практическое содействие в организации и проведении спортивной и физкультурно-оздоровительной работы и т. п.;

теоретический раздел – усвоение студентом физкультурных знаний (определяется на основании подготовленной письменной работы – реферата и собеседования по темам учебной программы с выставлением оценки «зачтено»/«не зачтено»);

методический раздел – освоение техники изучаемых физических упражнений и овладение методическими навыками проведения подготовительной части занятия, использования средств физического воспитания и самоконтроля в повседневной жизни;

практический раздел – выполнение контрольных нормативов по физической подготовке, оцениваемых в баллах по десятибалльной шкале в соответствии с нормативами согласно приложению 1 к настоящим Правилам.

5. Обязательными условиями допуска студента к практическому разделу являются:

выполнение требований теоретического раздела программы по семестрам и курсам обучения;

100 % посещаемость учебных занятий, обеспечивающая необходимый уровень физического и функционального состояния организма;

отработка занятий, пропущенных без уважительной причины;

освоение техники изучаемых физических упражнений и овладение методикой использования средств физического воспитания в повседневной жизни;

формирование умений и навыков в профессионально-прикладной физической подготовке.

6. Проверка обучаемых по практическому разделу проводится в спортивной форме одежды и обуви при соблюдении установленных стандартов выполнения контрольных упражнений и правил безопасности.

7. Для выполнения упражнения дается одна попытка за исключением упражнений, предусматривающих до трех попыток. Повторное выполнение упражнений с целью улучшения полученной отметки допускается по решению преподавателя после дополнительной подготовки обучаемого. Обучаемому, не выполнившему назначенное упражнение или не прибывшему на проверку без уважительной причины, выставляется «не зачтено».

8. При невозможности выполнить упражнение из-за болезни или травмы преподаватель (комиссия) может назначить упражнение для замены, назначить новые сроки проверки, а в случае, если студент в процессе обучения показывал результаты на 7 баллов и выше, оценить его индивидуальную физическую подготовленность по текущим результатам.

9. Если обучаемый пропустил 50 % занятий и более или был освобожден от выполнения каких-либо физических упражнений по состоянию здоровья, назначенных на проверку, то к текущей аттестации он допускается только после отработки учебных занятий по пропущенному материалу.

10. Оценка «зачтено» при сдаче практического норматива выставляется при отсутствии отметки ниже четырех (4) баллов.

11. Проверка овладения техникой физических упражнений и методическим компонентом осуществляется в соответствии с учебной программой на тематических занятиях с выставлением отметки «зачтено» или «не зачтено».

12. Проверка обучаемого по теоретическому разделу проводится в соответствии с графиком зачетов, на основании собеседований. Оценка по теоретическому разделу выставляется:

«Зачтено» – осознанное, полное воспроизведение усвоенных знаний, методических умений с допущенными при этом мелкими ошибками, устраняемыми студентом самостоятельно; оперирование усвоенными знаниями и умениями в знакомой ситуации без помощи.

«Не зачтено» – неосознанное воспроизведение незначительной части усвоенных знаний с допущенными при этом грубыми ошибками, устраняемыми с помощью преподавателя; неумение применить изученное знание.

13. Общая отметка обучаемому на зачете определяется как сумма оценок «зачтено», полученных за выполнение всех разделов, выносимых на проверку. Общая отметка «зачтено» выставляется при отсутствии отметок «не зачтено» по любому из компонентов.

14. Студенты, освобожденные от занятий на длительный срок (более одного месяца), а также студенты, занимающиеся в группах ЛФК при

организациях здравоохранения, сдают зачет на основании следующих требований:

предоставления справки, которая подтверждает посещения занятий ЛФК в течение учебного семестра;

оценки уровня теоретических знаний с включением контрольных вопросов по обязательным разделам «Физическая культура»;

оценки самостоятельного освоения дополнительной тематики по физической культуре с учетом состояния здоровья студента, показаний и противопоказаний к применению физических упражнений;

оценки освоения средств, методов ЛФК и самоконтроля, рекомендуемых с учетом состояния здоровья обучаемого (конкретно по имеющемуся заболеванию);

написания рефератов по разработанной для каждого студента теме, отражающей оздоровительно-профилактическую направленность физического воспитания с учетом индивидуального диагноза;

умения проводить функциональные пробы, оценивать физическое развитие студента и вести дневник самоконтроля;

включения студентов в научно-исследовательскую работу кафедры физического воспитания и спорта по проблемам оздоровительной и адаптивной физической культуры.

Требования к проведению
текущая аттестация студентов
рассмотрены и одобрены
на заседании кафедры физического
воспитания 14.10.2023, протокол № 3
заведующий кафедрой
____.10.2023

Ю.А.Янович

ПРИЛОЖЕНИЕ 1
к Правилам проведения
текущей аттестации студентов
по учебной дисциплине
«Физическая культура»

Нормативы оценки физической подготовленности студентов основного
и подготовительного учебных отделений (юноши) 17–18 лет

Тесты	Уровни									
	1-й низкий		2-й ниже среднего		3-й средний		4-й выше среднего		5-й высокий	
	Баллы									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Прыжки в длину с места, см	190 и менее	205	210	220	225	230	235	240	250	265 и более
Наклон вперед, см	3 и менее	2	5	7,5	10	13	14	16	19	21 и более
Челночный бег 4×9 м, с	11,8 и более	10,6	10,29	10,02	9,8	9,59	9,4	9,18	8,9	8,64 и менее
Сгибание- разгибание рук в упоре лежа, раз	20 и менее	27	30	33	35	38	40	48	50	53 и более
Подтягивание на высокой перекладине, раз	3 и менее	4	5	7	9	10	13	14	17	25 и более
Поднимание туловища из положения лежа на спине, за 60 с, раз	33 и менее	38	40	42	46	49	51	60	63	73 и более
Бег 30 м, с	5,5 и более	5,04	4,9	4,81	4,7	4,55	4,50	4,40	4,30	4,05 и менее
Бег 3000 м, мин, с	17,01 и более	16,02	15,29	14,45	14,05	13,05	12,04	12,01	11,33	11,05 и менее

**Нормативы оценки физической подготовленности студентов основного
и подготовительного учебных отделений (девушки) 17–18 лет**

Тесты	Уровни									
	1-й низкий		2-й ниже среднего		3-й средний		4-й выше среднего		5-й высокий	
	Баллы									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Прыжки в длину с места, см	150 и менее	155	165	170	175	178	180	190	196	202 и более
Челночный бег 4×9 м, с	12,7 и более	11,8	11,5	11,3	11,1	10,8	10,7	10,5	10,2	10,00 и менее
Сгибание- разгибание рук в упоре лежа, раз	2 и менее	4	5	7	9	10	12	15	20	22 и более
Наклон вперед, см	4 и менее	7	9	11	13	15	17	19	22	25 и более
Поднимание туловища из положения лежа на спине, за 60 с, раз	32 и менее	38	42	45	47	49	50	52	58	60 и более
Бег 30 м, с	6,3 и более	6,1	5,8	5,6	5,4	5,3	5,2	5,1	5,0	4,8 и менее
Бег 1500 м, мин, с	8,31 и более	8,29	8,28	7,03	7,01	6,48	6,17	5,48	4,48	4,05 и менее

**Нормативы оценки физической подготовленности студентов основного
и подготовительного учебных отделений (юноши) 19–22 года**

Тесты	Уровни									
	1-й низкий		2-й ниже среднего		3-й средний		4-й выше среднего		5-й высокий	
	Баллы									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Прыжки в длину с места, см	190 и менее	205	218	222	230	233	240	245	255	265 и более
Наклон вперед, см	0 и менее	4	7	9	11	13	15	17	21	30 и более
Челночный бег 4×9 м, с	12,96 и более	10,80	10,28	10,00	9,80	9,60	9,40	9,28	9,10	8,9 и менее
Сгибание- разгибание рук в упоре лежа, раз	20 и менее	24	27	30	35	40	44	47	55	70 и более
Подтягивание на высокой перекладине, раз	4 и менее	6	9	10	11	13	15	16	20	33 и более
Поднимание туловища из положения лежа на спине, за 60 с, раз	32 и менее	35	39	41	44	46	48	51	55	60 и более
Бег 30 м, с	5,60 и более	5,20	5,00	4,90	4,70	4,60	4,55	4,50	4,40	4,20 и менее
Бег 3000 м, мин, с	17,02 и более	13,17	13,00	12,10	12,00	11,26	11,06	11,04	11,03	11,01 и менее

**Нормативы оценки физической подготовленности студентов основного и
подготовительного учебных отделений (девушки) 19–22 года**

Тесты	Уровни									
	1-й низкий		2-й ниже среднего		3-й средний		4-й выше среднего		5-й высокий	
	Баллы									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Прыжки в длину с места, см	140 и менее	150	160	165	170	174	180	184	190	205 и более
Челночный бег 4×9 м, с	13,16 и более	12,60	12,13	11,90	11,65	11,20	11,00	10,80	10,60	10,00 и менее
Сгибание- разгибание рук в упоре лежа, раз	2 и менее	4	5	6	8	10	11	13	17	21 и более
Наклон вперед, см	3 и менее	7	11	12	14	16	19	20	24	28 и более
Поднимание туловища из положения лежа на спине, за 60 с, раз	23 и менее	30	34	37	40	42	45	47	51	56 и более
Бег 30 м, с	7,90 и более	6,50	6,40	6,30	6,10	5,70	5,50	5,40	5,20	5,00 и менее
Бег 1500 м, мин, с	9,32 и более	9,27	8,49	8,03	8,00	7,53	7,25	7,21	7,00	6,30 и менее

Контрольные физические упражнения для студентов СМГ

Тесты	Юноши									
	Уровни физической подготовленности									
	1-й низкий		2-й ниже среднего		3-й средний		4-й выше среднего		5-й высокий	
	Баллы									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ходьба 2500 м, мин, с	26,00	25,00	24,30	24,00	23,40	23,20	23,00	22,40	22,20	22,00
Поднимание туловища (ног) из положения лежа на спине, раз	15	20	25	30	33	35	38	40	42	45
Сгибание- разгибание рук в упоре лежа на коленях, раз	10	13	15	18	21	23	25	30	33	35
Наклон вперед сидя, см	0	2	4	7	8	9	10	12	14	15
Проба Ромберга, с	5	7	10	15	18	20	22	25	30	35
Проба Штанге, с	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70

Тесты	Девушки									
	Уровни физической подготовленности									
	1-й низкий		2-й ниже среднего		3-й средний		4-й выше среднего		5-й высокий	
	Баллы									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
Ходьба 2500 м, мин, с	27,00	26,00	25,30	25,00	24,40	24,20	24,00	23,40	23,20	23,00
Поднимание туловища (ног) из положения лежа на спине, раз	10	15	18	20	23	25	27	30	33	35
Сгибание- разгибание рук в упоре лежа на коленях, раз	2	3	4	6	8	10	12	15	18	20
Наклон вперед сидя, см	1	3	5	8	10	13	15	16	17	18
Проба Ромберга, с	5	7	10	15	18	20	22	25	30	35
Проба Штанге, с	25	30	35	40	45	50	55	60	65	70