



ПОРЯДОК
проведения мониторинга уровня физической подготовленности
обучающихся 1-11 классов Муниципального общеобразовательного учреждения
«Средняя общеобразовательная школа №9» г. Мегиона
ХМАО – Югры

I. Общие положения

1. Настоящий порядок регламентирует процедуру организации и проведения мониторинга уровня физической подготовленности (УФП) обучающихся 1-11 классов Муниципального автономного общеобразовательного учреждения «Средняя общеобразовательная школа № 9» (далее – «Школа»).
2. Деятельность Школы по проведению мониторинга согласуется с «Законом об образовании в Российской Федерации», другими распорядительными документами органов управления образованием, действующими нормативно-правовыми актами Министерства здравоохранения, Министерства спорта РФ по вопросам регулирования в области охраны здоровья, физической культуры и спорта школьников.
3. В качестве технологического инструментария для проведения мониторинга УФП детей, относящихся к основной и дополнительной группам по физической культуре, используется авторская программа Хомяка Ю.А. «Применение табличного процессора Microsoft Excel для диагностики и мониторинга развития индивидуальных физических качеств учащихся».
4. Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся с медицинскими противопоказаниями к занятиям физической культурой по основным учебным программам проводится в соответствии с рекомендациями, содержащимися в письме Министерства образования РФ от 31.10.2003 г. № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к СМГ для занятия физической культурой».

II. Цели и задачи мониторинга УФП

5. Целью мониторинга уровня физической подготовленности обучающихся 1-11 классов является поиск резервов для улучшения качества, повышения адресности работы специалистов по физическому воспитанию школьников.
6. Мониторинг УФП решает следующие задачи:
 - 1) обеспечивает возможность отслеживания динамики уровня физической подготовленности обучающихся во весь период их обучения в школе;
 - 2) позволяет ежегодно накапливать базу данных о результатах динамического отслеживания УФП по школе, ступеням обучения, параллелям, классам, отдельным обучающимся;
 - 3) способствует выявлению у обучающихся отдельных параметров УФП, требующих дополнительного развития и определяемых, как предмет для

индивидуальной работы;

- 4) обеспечивает возможность визуализации результата мониторинга (график) для его демонстрации обучающимся и родителям, что способствует формированию мотивации к улучшению личных показателей, изменению отношения к занятиям физической культурой;
- 5) создаёт условия для выявления детей, имеющих способности к занятиям спортом, в том числе, спортом высоких достижений.

III. Организация и содержание мониторинга уровня физической подготовленности обучающихся 1-11 классов

7. Измерение УФП обучающихся проводится учителями физической культуры в течение каждого учебного года троекратно: в сентябре (для обучающихся 2-11 классов), в декабре и мае (для обучающихся 1-11 классов).
8. При оценке уровня физической подготовленности обучающихся из состава основной и подготовительной групп по физической культуре учитываются 5 основных параметров:

№ п/п	Измеряемые параметры	Приём, применяемый для измерения данного параметра
1	Выносливость	Бег 1000 метров
2	Рост и развитие мышц живота и спины	Пресс (30 секунд)
3	Сила мышц плечевого пояса и груди	Мальчики – подтягивание Девочки – отжимание
4	Скоростно-силовая подготовка	Прыжок в длину с места
5	Гибкость	Наклон вперёд из положения сидя

9. Данные мониторинга вносятся учителями физкультуры в электронные протоколы вышеназванной программы, позволяющей получить индивидуальный результат каждого обучающегося в виде показателя в баллах, указывающего на:
 - ✓ определённый уровень физической подготовленности (высокий, выше среднего, средний, ниже среднего, низкий);
 - ✓ состояние зоны работоспособности (супер зона, зона рекордов, зона прогресса, зона покоя, зона риска, опасная зона).
10. Мониторинг уровня физической подготовленности обучающихся с медицинскими противопоказаниями к занятиям физической культурой по основным учебным программам, имеет следующее содержание:

№ п/п	Исследуемые параметры	Содержание тестов	Оцениваемый результат
1	Общая выносливость.	Бег (ходьба) в течение 6 минут. Тестируемый выполняет упражнение в удобном для него темпе, переходя с бега на ходьбу и обратно в соответствии с самочувствием. Выполняется на беговой дорожке стадиона или в зале.	Результатом теста является преодоленное за 6 минут расстояние.
2	Оценка скоростно-силовых качеств, силы мышц.	Прыжок в длину с места. Прыжок проводится на нескользкой поверхности. Сделав взмах руками назад, обучающийся резко выносит их вперёд и, толкнувшись обеими ногами, прыгает как можно дальше.	Результатом является максимальная длина прыжка, которая засчитывается с трёх попыток.
3	Сила мышц рук и плечевого пояса.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа (при выпрямленном туловище). Выполняя упражнение, обучающийся опирается на выпрямленные в локтях руки и носки ног (во время сгибания рук живот не должен касаться	Засчитывается количество выполненных отжиманий.

		пола).	
4	Координация движений, ловкость, быстрота двигательной реакции.	Броски и ловля теннисного мяча двумя руками с расстояния 1 метра от стенки в течение 30 секунд в максимальном темпе.	Засчитывается количество пойманных мячей.
5	Скоростная выносливость, сила мышц ног, координация движений, ловкость, быстрота двигательной реакции.	Прыжки через скакалку	Засчитывается количество прыжков с одной попытки до момента отказа тестируемого.
6	Силовая выносливость.	Приседания , выполняемые в произвольном темпе до момента утомления.	Засчитывается количество выполненных приседаний до момента отказа тестируемого.

11. Анализ и обобщение данных об измерении уровня физической подготовленности обучающихся 1-11 классов (по классам, параллелям, ступеням, школе) проводится специалистами отдела по вопросам содействия здоровью.

12. Результаты анализа УФП доводятся до сведения учителей физической культуры, классных руководителей.

IV. Ответственность

13. Организаторы мониторинга несут ответственность за качество проведения измерений и достоверность фиксируемой информации.

14. Введение, обработка, хранение, а также передача третьим лицам информации об уровне физической подготовленности обучающихся осуществляются в соответствии с требованиями законодательства о защите персональных данных.

V. Срок действия порядка

1. Настоящий порядок действует с момента утверждения до его отмены либо замены.

2. В данное положение могут быть внесены изменения и дополнения.