

ЗАТВЕРДЖУЮ

Начальник управління освіти,
молоді та спорту
Лиманської міської ради

 Н.М. Діденко

«25»  2020 року

Положення
про організацію та умови проведення
щорічного оцінювання фізичної підготовленості
населення Лиманської ОТГ

1. Цілі та завдання

- 1.1. Щорічне оцінювання фізичної підготовленості населення Лиманської ОТГ (далі – щорічне оцінювання) передбачає виконання особами різної статі та віку комплексу тестів і нормативів для визначення рівня їх фізичної підготовленості.
- 1.2. Метою щорічного оцінювання є визначення та підвищення рівня фізичної підготовленості населення, створення належних умов для фізичного розвитку різних груп населення, покращення його здоров'я, забезпечення здатності до високопродуктивної праці, а також сприяння у вихованні патріотизму та громадянської позиції.
- 1.3. Основними завданнями щорічного оцінювання є:
 - визначення рівня фізичної підготовленості населення Лиманської ОТГ;
 - сприяння розвитку фізичної культури серед населення громади;
 - формування у населення області потреби в руховій активності;
 - сприяння формуванню здорового способу життя, патріотизму;
 - сприяння створенню належних умов для підготовки та проведення щорічного оцінювання різних вікових груп населення.

2. Строки і місце проведення щорічного оцінювання

- 2.1. Щорічне оцінювання проводиться щороку, у вихідні дні, але не пізніше листопада.
- 2.2. Управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради:
 - складає графік проведення щорічного оцінювання, який розміщується на веб-сайті управління за адресою : <http://osvitalyman.gov.ua/> ;

- за 14 днів до дня проведення щорічного оцінювання повідомляє про дату проведення та розміщує адресний перелік місць його проведення із зазначенням випробувань (тестів) і нормативів.

3. Організація та керівництво проведенням щорічного оцінювання

3.1. Загальне керівництво підготовкою і проведенням щорічного оцінювання здійснюється управлінням освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради.

3.2. Відповідальність за підготовку та безпосереднє проведення щорічного оцінювання покладається на Головну суддівську колегію, склад якої затверджується наказом управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради.

4. Учасники щорічного оцінювання

4.1. До щорічного оцінювання допускаються учасники, які систематично займаються фізичною культурою і спортом, у тому числі самостійно, пройшли медичне обстеження не раніше ніж за 14 днів до дня проведення щорічного оцінювання і допущені до нього лікарем.

4.2. Категорії осіб (далі - учасники), для яких щорічне оцінювання рекомендується та проводиться на добровільних засадах відповідно до даного Положення:

- працівники відділів та структурних підрозділів Лиманської міської ради, в тому числі працівники управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради;
- працівники організацій, що підпорядковані управлінню освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради, фізкультурно-спортивних товариств та інших організацій фізкультурно-спортивної спрямованості.

4.3. Щорічне оцінювання проводиться відповідно до даного Положення на добровільних засадах для громадян України, іноземців та осіб без громадянства, що перебувають в Україні на законних підставах, підприємств, установ, організацій, працівників Збройних Сил та інших військових формувань, утворених відповідно до законів, Держспецзв'язку, правоохоронних органів, зокрема Національної поліції, рятувальних та інших спеціальних служб (окрім учнівської та студентської молоді закладів освіти незалежно від форми власності, військовослужбовців, осіб рядового і начальницького складу Збройних Сил та інших військових формувань, утворених відповідно до законів, Держспецзв'язку, правоохоронних органів, зокрема Національної поліції, рятувальних та інших спеціальних служб).

4.4. Вікові категорії учасників:

- Особи зрілого віку (21-25 років);
- Особи зрілого віку (26-30 років);
- Особи зрілого віку (31-35 років);
- Особи зрілого віку (36-40 років);

- Особи зрілого віку (41-45 років);
- Особи зрілого віку (46-50 років);
- Особи зрілого віку (51-55 років);
- Особи зрілого віку (56 – 60 років);
- Особи зрілого віку (61-70 років).

5. Характер щорічного оцінювання та умови проведення

5.1. Працівники відділів та структурних підрозділів Лиманської міської ради, в тому числі працівники управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради, працівники організацій, що підпорядковані управлінню освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради, фізкультурно-спортивних товариств та інших організацій фізкультурно-спортивної спрямованості, підприємств, установ, організацій, громадяни України, іноземці та особи без громадянства, що перебувають в Україні на законних підставах, інші учасники, зазначені у п. 4 даного Положення, складають заявки на проходження щорічного оцінювання та подають до управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради поштою або на електронну адресу.

5.2. Колективна заявка (від організації, колективу) на проходження щорічного оцінювання заповнюється за формою, наведеною у додатку 1, особиста заявка (заповнюється окремими особами за місцем проживання) – за формою, наведеною у додатку 2.

5.3. До заявок (додаток 1, додаток 2) додаються:

- копія документа, що посвідчує особу, підтверджує громадянство України чи спеціальний статус особи;
- згода на обробку персональних даних (за формою, що додається).

5.4. Управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради приймає особисті та колективні заявки і формує єдиний список учасників.

5.5. Управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради в день проведення щорічного оцінювання допускає учасників до проходження тестування при наявності документа, що посвідчує особу громадянина України, а також медичного висновку про допуск до заходу.

5.6. Після допуску учасника до проходження щорічного оцінювання його реєструють із присвоєнням відповідного порядкового номера учасника.

5.7. Учасники щорічного оцінювання обліковуються за списком тільки один раз (за місцем роботи або проживання).

5.8. Учасник не допускається до проходження щорічного оцінювання (припиняє його проходження) у таких випадках:

- надання неповних даних у заявці;
- неподання документів, зазначених у пункті 5.3 цього Положення;
- погіршення його фізичного стану до початку або в момент виконання комплексу тестів.

5.9. До початку проведення щорічного оцінювання учасників ознайомлюють з метою, умовами та порядком його проведення, вимогами правил безпеки.

6. Проведення щорічного оцінювання

6.1. Система щорічного оцінювання для категорій учасників складається за такими видами випробувань (тестів): витривалість, сила, гнучкість.

6.2. Тести і нормативи включають в себе:

- тести, що дають змогу визначити рівень розвитку фізичних якостей відповідно до статевих і вікових особливостей розвитку людини;
- нормативи, що дають змогу оцінити різнобічність (гармонійність) розвитку основних фізичних якостей відповідно до статевих і вікових особливостей розвитку людини.

6.3. У відповідності від кількості наданих заявок щорічне оцінювання може проводитись:

в два дні: перший день – на силу ніг, розрахунок ІМТ і витривалість; другий день – на силу рук, силу м'язів тулуба, гнучкість;

в один день – за всіма видами випробувань (послідовність залишається такою самою, що й за дводенного тестування). При цьому тест на витривалість виконується останнім.

6.4. Тести можуть виконуватись в іншій послідовності, якщо це не буде негативно впливати на результати за кожним із них.

6.5. Проведення щорічного оцінювання у вигляді змагань забезпечує надійність результатів.

6.6. Учасники мають бути одягнені в спортивний одяг і взуття. Не дозволяється виконувати тести босоніж та у взутті із шипами.

6.7. Виконання тестів:

Щорічне оцінювання проводиться відповідно до тестів і нормативів, затверджених наказом Міністерства молоді та спорту України від 04.10.2018 №

4607, зареєстрованим в Міністерстві юстиції України 24 жовтня 2018 р. за № 1207/32659.

Щорічне оцінювання включає проведення випробувань на (орієнтовно, повністю або на вибір):

- Витривалість - біг на середні та довгі дистанції: рівномірний біг на 2000 м, 3000 м (хв., с); 12-хвилинний біг, ходьба (м);

- Сила – згинання і розгинання рук в упорі лежачи (разів); підтягування у висі лежачи (разів); підтягування на перекладині (разів); підіймання тулуба в сід (разів, 30с/1 хв); стрибок у довжину з місця (см); ривок гирі 16 кг (разів); присідання (30 с, час відновлення).

- Гнучкість – нахил тулуба вперед з положення сидячи (см).

Для учасників віком від 36 до 50 років зараховуються додаткові бали за розрахунок індексу маси тіла (ІМТ).

ІМТ дає змогу визначити ступінь відповідності маси тіла людини її зросту та оцінити, чи є маса недостатньою, нормальною або надлишковою.

ІМТ служить показником формування ціннісного ставлення до власного здоров'я, покращення фізичного розвитку та підготовленості.

6.8. Оформлення результатів щорічного оцінювання:

Після кожного тесту по кожному виду випробувань суддя повідомляє учасникам результати його проходження.

Результати тестів учасників заносяться до відомостей проходження видів випробувань за встановленою формою, відповідно до додатку 3.

Підсумкові оцінки рівня фізичної підготовленості учасників віком від 21 до 36 років та від 51 до 70 років складаються за сумою набраних балів, одержаних за виконання 5 тестів на вибір, а для учасників віком від 36 до 50 років складається за сумою набраних балів, одержаних за виконання 4 тестів на вибір, та розрахунком ІМТ.

Підсумкові оцінки щорічного оцінювання порівнюють зі шкалою результатів виконання тестів і нормативів для осіб зрілого віку (21-70 років) відповідно до затверджених показників (додаток 4).

За результатами проведення тестування оцінювання проводиться за чотирма рівнями фізичної підготовленості : високий, достатній, середній, низький.

Після завершення щорічного оцінювання управління освіти, молоді та спорту складає звіт про результати тестування за встановленою формою.

Звіт про результати щорічного оцінювання підписує начальник управління освіти, молоді та спорту та подає до управління фізичної культури та спорту Донецької облдержадміністрації.

7. Безпека та підготовка місць проведення щорічного оцінювання

Забезпечення безпеки учасників при проведенні заходу покладається на Головну суддівську колегію, затверджену управлінням освіти, молоді та спорту

Лиманської міської ради. За технічну підготовленість учасників та відповідність фізичної підготовки відповідає керівник організації, який підписує заявки та направляє працівників для участі у щорічному оцінюванні.

8. Нагородження

Управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради, керівники підприємств, установ, організацій для посилення мотивації проходження щорічного оцінювання можуть відзначити своїх працівників відомчими відзнаками чи використовувати інші методи заохочення в установленому законодавством порядку.

Учасники, які за підсумками проходження щорічного оцінювання показали «Високий» та «Достатній» рівень фізичної підготовленості, нагороджуються дипломами управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради. Також, за рішенням організаторів щорічного оцінювання, окремі категорії учасників можуть бути нагороджені дипломами управління за номінаціями.

9. Умови фінансування та матеріального забезпечення щорічного оцінювання

Щорічне оцінювання проводиться безоплатно.

Витрати, пов'язані з нагородженням за підсумками проведення щорічного оцінювання (дипломи), харчування суддів та головної суддівської колегії – за рахунок управління освіти, молоді та спорту Лиманської міської ради.

10. Строки та порядок подання заявок на участь

Колективні та особисті заявки на участь у щорічному оцінюванні подаються управлінню освіти, молоді та спорту в установлені терміни (на e-mail : osvitalyman@ukr.net, за телефоном (06261)4-12-79, 066-987-44-33), про які повідомляється окремим листом.

Оригінали заявок, копії документів, що посвідчують особу, згода на обробку персональних даних подаються до Головної суддівської колегії у день проведення щорічного оцінювання до початку тестування.

Учасники щорічного оцінювання несуть всю повноту відповідальності за достовірність і справжність наданих до Головної суддівської колегії документів.

ОРГКОМІТЕТ.