

**К вопросу о стандартизации физических упражнений
при приеме тестов у студентов**

Тимошенкова Е.В.

Белорусский национальный технический университет

Для объективного контроля деятельности человека в любой сфере, необходима стандартизация измерений. Учитывая то, что контрольные нормативы по дисциплине сдаются студентами в начале и конце каждого семестра – необходима стандартизация измерений для сопоставления результатов на протяжении всех лет обучения. Для стандартизации измерений в физической культуре необходимо остановиться на следующих направлениях:

1. Разработка сетевого графика планирования учебного процесса по физической культуре в вузе.
2. Описание контрольных нормативов (по основным физическим способностям).
3. Экспресс-контроль функционального состояния студентов перед сдачей контрольных нормативов по физической культуре.
4. Контрольные нормативы для оценки физической подготовленности студентов (юношей и девушек).

Применение сетевого графика планирования учебного процесса студентов по физической культуре для основного, специального и спортивного учебных отделений обеспечит более рациональное проведение учебных занятий. Предлагаемый экспресс-контроль обеспечит объективную информацию, за более короткий промежуток времени, о функциональном состоянии испытуемых, что особенно важно при массовом тестировании студентов. В целом стандартизация приема контрольных нормативов по физической культуре снижает риск отрицательного воздействия физических нагрузок на организм студентов: обеспечивает сопоставимость результатов измерений и выявление наиболее эффективной методики учебного и тренировочного процессов, применяемого профессорско-преподавательским составом для дальнейшего его внедрения.

Представленный подход позволит профессорско-преподавательскому составу более эффективно контролировать уровень функционального состояния и физическую подготовленность студентов на протяжении всех лет обучения в вузе. Более подробно вышеизложенный материал планируется рассмотреть в разрабатываемых нами методических рекомендациях «Стандартизация физических упражнений при приеме тестов у студентов».