

теоретичного та практичного курсу з загальної фізичної підготовки з елементами інших видів спорту (за спортивними уподобаннями) та отримують оцінки за шкалою:

5(A)	5(B)	4(C)	3(D)	3(E)	2(Fx)	2(F)
22	19	13	12	9	3	0

У червні студенти складають нормативи четвертої контрольної точки (табл. 2).

Таблиця 2

Рейтингові бали контрольних нормативів для студентів I курсу

Види випробувань	Стать	Нормативи, бали										< остан результат
		12,0	4	13,05	4	14,30	4	15,40	3	16,30	3	
Біг на 3000м,с	Ч	12,0	4	13,05	4	14,30	4	15,40	3	16,30	3	1
Біг на 2000м,с	Ж	9,40	4	10,30	4	11,20	4	12,10	3	13,00	3	1
Сгинання та розгинання рук в упорі лежачі (раз)	Ж	24	4	19	4	16	4	11	3	7	3	1
Підтягування (разів)	Ч	16	4	14	4	12	4	10	3	8	3	1
Прес (разів)	Ч	53	4	47	4	40	4	34	3	28	3	1
	Ж	47	4	42	4	37	4	33	3	28	3	1
Стрибок у довжину з місця, см	Ч	260	4	241	4	224	4	207	4	190	3	1
	Ж	210	4	196	4	184	4	172	4	160	3	1
Біг на 100 м, с	Ч	13,2	4	19,9	4	14,4	4	14,9	4	15,5	3	1
	Ж	14,8	4	15,6	4	16,4	4	17,3	4	18,2	3	1
Човниковий біг, с	Ч	8,8	4	9,2	4	9,7	3	10,2	4	10,7	4	1
	Ж	10,2	4	10,5	4	11,1	3	11,5	4	12,0	4	1
Гнучкість, см	Ч	19	4	16	3	13	3	10	4	7	4	1
	Ж	20	4	17	3	14	3	10	4	7	4	1

Викладачам при визначенні рейтингової оцінки студентів рекомендується бути уважними, проявляти максимум об'єктивності, індивідуально підходити до кожного студента, особливо у тих випадках, коли сума балів перебуває на межі діапазонів балів.

**КІЛЬКІСНА ЕКСПРЕС-ОЦІНКА РІВНЯ СОМАТИЧНОГО ЗДОРОВ'Я  
СТУДЕНТІВ НА ПОЧАТКОВОМУ ЕТАПІ НАВЧАННЯ**

Курячий С.В.

Національна юридична академія України імені Ярослава Мудрого

Життя людини залежить від стану здоров'я та масштабів використання її психофізіологічного потенціалу. Всі сторони людського життя у широкому діапазоні соціального існування – виробничо-трудовому, соціально-економічному, політичному, сімейно-побутовому, духовному, оздоровчому та навчальному – в кінцевому результаті, визначаються рівнем здоров'я.

**Метою** роботи є порівняльна характеристика індивідуального соматичного здоров'я студентів факультету підготовки слідчих кадрів для МВС України та Інституту підготовки слідчих кадрів для СБ України Національної юридичної академії України ім. Я.Мудрого на початковому етапі навчання (перший курс).

**Методи дослідження.** Для оцінки рівня соматичного здоров'я студентів використовувався метод розрахунків по п'яти індексах. Оцінка індексів здійснювалась на підставі граничних значень (за Г.Л.Ананасенко,1988). Кожен показник має п'ять ступенів (рівнів): низький, нижче середнього, середній, вище середнього, високий. За загальною сумою балів (за кожний показник) оцінювався рівень соматичного здоров'я студента.

**Результати дослідження.** У дослідженні взяли участь 57 студентів факультета підготовки слідчих кадрів для органів МВС України ( далі студенти ) та 47 курсантів Інституту підготовки слідчих кадрів для СБ України ( далі курсанти ).

Встановлено, що курсанти мають перевагу по всім показникам, окрім зросту : ЖЄЛ на 19,5% , у вазі на 7% , у силі на 16%.

Експрес-оцінка рівня соматичного здоров'я досліджених показала, що студентів з низьким рівнем соматичного здоров'я було 8% (курсантів 9%), нижче середнього – 41% (17%), з середнім – 34% (52%), з вище середнього – 15% (17%), з високим – 2% (5%).

### **Висновки.**

1.Проведені дослідження показали достатній рівень індивідуального соматичного здоров'я як студентів так і курсантів.

2. Курсанти мають краще індивідуальне соматичне здоров'я, ніж студенти.

## **ЗДОРОВ'Я ТА ФІЗИЧНИЙ ГАРТ У ІМІДЖІ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА**

Пазич С.В.

Донецький державний інститут здоров'я, фізичного виховання і спорту

Соціальна природа фізичної культури, як однієї з ланок соціально необхідної діяльності суспільства, визначається безпосередніми і опосередкованими потребами праці і інших форм життєдіяльності людини, прагненнями суспільства до широкого використання її як одного з найважливіших засобів виховання і вдосконалення людини.