

ПРИНЯТО:

Методическим советом

КОГПОБУ «Омутнинский  
колледж педагогики, экономики и  
права»

Протокол от 04.05.2023 г. № 7

Приложение №1 к приказу от  
01.03.2023 г. № 19

УТВЕРЖДЕНО:

Директор колледжа

**Балыберд  
ина  
Татьяна  
Вячеслав  
овна**

Подписан: Балыбердина Татьяна Вячеславовна  
DN: C=RU, S=Кировская область, L=Омутнинск,  
T=Директор, O=КИРОВСКОЕ ОБЛАСТНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ "ОМУТНИНСКИЙ КОЛЛЕДЖ  
ПЕДАГОГИКИ, ЭКОНОМИКИ И ПРАВА",  
СНИЛС=05936134374, ИНН=432202918929,  
E=elenshum@yandex.ru, G=Татьяна  
Вячеславовна, SN=Балыбердина,  
CN=Балыбердина Татьяна Вячеславовна  
Основание: Я являюсь автором этого  
документа  
Местоположение: место подписания  
Дата: 2023-05-25 13:50:58  
Foxit Reader Версия: 9.7.2

Т.В. Балыбердина

Кировское областное государственное профессиональное  
Образовательное бюджетное учреждение  
«Омутнинский колледж педагогики, экономики и права»

**ПРОГРАММА  
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ  
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ 49.02.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

**2024 год**

г. Омутнинск

## Пояснительная записка

Программа вступительных испытаний предназначена для приёма абитуриентов на специальность 49.02.01 «Физическая культура». Цель вступительного испытания: определить выраженность профессионально-значимых личностных качеств абитуриентов, необходимых для овладения специальностью и дальнейшего трудоустройства, а также выявления уровня развития физических качеств и подготовленности поступающих.

К вступительным испытаниям допускаются абитуриенты, подавшие заявление на обучение по программе подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

Вступительные испытания проводятся экзаменационной комиссией колледжа в период с «20» июня 2024 года по «15» августа 2024 года (по расписанию).

В день вступительных испытаний абитуриент обязан:

1. Явиться за 20 минут до его начала;
2. Иметь при себе паспорт, спортивную форму. Во время проведения вступительного испытания абитуриент обязан соблюдать правила поведения. За нарушение правил поведения абитуриент может быть удален со вступительных испытаний с составлением акта об удалении.

Вступительное испытание проводится в 1 этап с оформлением протокола по системе ЗАЧЕТ/ НЕ ЗАЧЕТ:

В практической форме, состоящей из трех контрольных испытаний по физической культуре, получившие минимальный результат выбывают из числа претендентов на зачисление.

Лица, не явившиеся на вступительные испытания, по уважительной

причине (болезнь, и др., подтверждено документально), допускаются к ним в следующий раз вступительных испытаний или индивидуально в период до их полного завершения.

Лица, не явившиеся на вступительные испытания, без уважительной причины, а также получившие минимальный результат выбывают из числа претендентов на зачисление.

В случае опоздания к началу вступительного испытания более чем на 30 минут абитуриент к вступительным испытаниям не допускается и считается неявившимся.

Максимальное количество баллов при выполнении испытаний – 0,9 баллов, минимальное количество баллов – 0,3.

Повторное участие абитуриента во вступительных испытаниях не допускается.

Поступающие, не согласные с результатами вступительных испытаний имеют право на апелляцию.

**Порядок проведения вступительного испытания по физической культуре для отбора абитуриентов специальности 49.02.01 «Физическая культура»**

Цель вступительного испытания: выявления уровня развития физических качеств и подготовленности поступающих.

Форма вступительного испытания: проводятся в практической форме и состоят из трех контрольных испытаний.

На вступительном испытании абитуриент должен быть в спортивной форме и спортивной обуви. Каждый вид испытания оценивается по зачетной системе согласно нормативам (приводятся ниже).

Прием вступительного испытания профессиональной направленности по специальности 49.02.01 «Физическая культура» проводят преподаватели физической культуры колледжа. Вступительное испытание назначается по расписанию.

Вступительное испытание может проводиться в несколько потоков по мере формирования экзаменационных групп из числа поступающих, подавших документы на поступление.

Перед началом испытаний преподаватель проводит инструктаж по технике безопасности, а также информирует о порядке выполнения нормативов. Абитуриентам предоставляется время (не менее 10 мин.) для самостоятельной разминки перед сдачей вступительных испытаний.

К сдаче вступительного испытания допускаются лица в спортивной форме одежды и обуви, не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям физической культурой в основной учебной группе.

У абитуриентов проверяются следующие физические качества:

- сила (подтягивания на высокой перекладине (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки),

- выносливость (бег 1000 м),

- скорость (бег 60 м).

1. Подтягивание на высокой перекладине (юноши). Из виса хватом сверху с выпрямленными руками, туловищем и ногами по команде «Начинай», сгибая руки, подтянуться, подняв подбородок выше грифа перекладины, затем опуститься в вис, зафиксировать на 1 сек. неподвижное положение и продолжить выполнение упражнения. Касание пола (земли) ногами, выполнение рывковых и маховых движений запрещается.

Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения.

В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда применяется трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки). Из упора лежа (расстояние между руками по ширине плеч, туловище прямое), носки на полу. По команде «Начинай», согнуть руки до касания грудью пола или 5 сантиметровой платформы, разгибая руки, принять положение упор лежа, зафиксировать на 1 сек. неподвижное положение и продолжить выполнение упражнения. Остановка испытания при треморе рук, прогиб в поясничном отделе или наоборот поднимание спины, запрещается выполнять с коленных суставов.

Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. Объявление счета одновременно является разрешением на продолжение упражнения.

В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать». Если эта команда применяется трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

3. Бег 1000 метров. Бег выполняется на беговой дорожке с высокого старта. Участникам, нарушившим правила соревнований в беге, а также не финишировавшим, в протокол выполнения контрольных упражнений выставляется «0» баллов. Результат измеряется с точностью до 1 секунды.

4. Бег 60 метров. Бег выполняется на беговой дорожке с высокого(низкого) старта. Участникам, нарушившим правила соревнований в беге, а также не финишировавшим, в протокол выполнения контрольных упражнений выставляется «0» баллов. Результат измеряется с точностью до 0,1 секунды.

Испытание	Для юношей			Для девушек		
	0,1 б	0,2 б	0,3 б	0,1 б	0,2 б	0,3 б
Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)	8	12	15			
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)				8	12	17
Бег на 1000 м (мин, с)	4.40	4.10	3.50	5.10	4.40	4.20
Бег на 60 м (секунд)	9,0	8,5	8,0	10,7	10,0	9,3



**Итоговый протокол вступительных испытаний для абитуриентов  
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»**

№ п\п	ФИО абитуриента	Физическая подготовка (Сила)	Физическая подготовка (Скорость)	Физическая подготовка (Выносливость)	Количество баллов(всего) Зачет/незачет
1					
2					
3					
4					
5					
6					
.....					

Председатель экзаменационной комиссии \_\_\_\_\_

Члены комиссии \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_