



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ЧЕЧЕНСКОЙ РЕСПУБЛИКИ
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
«ЧЕЧЕНСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ КОЛЛЕДЖ»
(ГБПОУ «ЧСПК»)

СОГЛАСОВАНА

Методическим советом
ГБПОУ «ЧСПК»
(протокол от 26.02.2024 № 3)

УТВЕРЖДЕНА

приказом ГБПОУ «ЧСПК»
от 27.02.2024 № 9

ПРОГРАММА

вступительных испытаний по физической культуре для
абитуриентов, поступающих на специальность
40.02.02 Правоохранительная деятельность

Рассмотрена
ПЦК общеобразовательных дисциплин
(протокол от 22.02.2024 №7)

Программа вступительных испытаний по физической культуре предназначена для приема абитуриентов на специальность 40.02.02 «Правоохранительная деятельность».

Цель вступительного испытания: выявление уровня развития физических качеств и подготовленности поступающих

1. ПОРЯДОК ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

1.1. К вступительному испытанию по физической культуре допускаются абитуриенты, подавшие заявление на обучение по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность», предоставившие в приемную комиссию медицинскую справку установленного образца в сроки, установленные приемной комиссией.

1.2. Лица, не явившиеся на вступительное испытание по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), допускаются к ним на следующем этапе сдачи вступительных испытаний или индивидуально в период до их полного завершения.

1.3. Повторная сдача вступительного испытания с целью улучшения полученного результата, а также при получении неудовлетворительного результата, не допускаются.

1.4. Лица, забравшие документы после завершения приема документов или получившие на вступительных испытаниях неудовлетворительный результат, выбывают из списка рассматриваемых к зачислению на данную специальность.

1.5. Вступительные испытания проводятся экзаменационной комиссией Колледжа в период работы приемной комиссии в соответствии с графиком проведения вступительных испытаний.

1.6. В случае продления приема документов до 25 ноября текущего года, дата проведения вступительных испытаний назначается дополнительно по мере поступления абитуриентов.

1.7. Расписание вступительных испытаний доводится персонально до каждого абитуриента в приемной комиссии при подаче документов.

1.8. В день вступительного испытания абитуриент обязан:

- явиться на место испытаний за 20 минут до его начала;
- иметь при себе паспорт и расписку о получении документов;
- получить экзаменационный лист;
- получить инструктаж по технике безопасности при выполнении физических упражнений;
- иметь спортивную форму и спортивную обувь.

1.9. Во время проведения вступительного испытания поступающие должны:

- соблюдать тишину;

- соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений;
- своевременно проводить разминку, а также являться по требованию членом комиссии к месту сдачи норматива.

Запрещено:

- использовать какое-либо оборудование без указания членов комиссии;
- покидать пределы территории, которая установлена экзаменационной комиссией для проведения вступительных испытаний;
- использование мобильных телефонов, или иных средств коммуникации и технических устройств.

За нарушение правил поведения абитуриент может быть удален со вступительного испытания с соответствующей записью в протоколе вступительного испытания и проставлением результата «Не зачтено».

1.10. Вступительные испытания по физической культуре проводятся в один день в форме сдачи нормативов.

1.11. Вступительные испытания состоят из трех контрольных упражнений.

Вступительное испытание засчитывается при условии выполнения абитуриентом всех трех нормативов. Результат вступительного испытания рассчитывается как сумма баллов, полученных за каждое упражнение. Каждый вид упражнения оценивается по 20-балльной шкале согласно нормативам. Если результат выполнения хотя бы одного упражнения ниже минимального, за вступительное испытание начисляется 0 (ноль) баллов.

1.12. Результаты вступительных испытаний оцениваются по системе «зачет» или «незачет» и объявляются в день его проведения.

1.13. Результат вступительных испытаний вносится в протокол вступительных испытаний и подписывается всеми членами комиссии.

1.14. Экзаменационная комиссия обязана обеспечить соблюдение конфиденциальности и режима информационной безопасности при оценке результатов вступительных испытаний, хранении и передаче результатов оценки в приемную комиссию.

1.15. Результаты вступительного испытания размещаются на информационном стенде приемной комиссии колледжа не позднее следующего рабочего дня за днем проведения вступительного испытания.

1.16. В случае несогласия с результатами вступительных испытаний, поступающие вправе подать апелляцию в соответствии с правилами подачи апелляции.

1.17. Поступающие, не явившиеся на вступительные испытания без уважительной причины, получившие «незачет», а также забравшие документы по собственному желанию, выбывают из конкурса и в колледж не зачисляются.

1.18. Лица, не явившиеся на вступительное испытание по уважительной причине, допускаются к нему по дополнительному расписанию.

1.19. Протоколы вступительных испытаний хранятся в приемной комиссии колледжа в течение года. Выписка из экзаменационной ведомости вступительных испытаний с результатом вступительных испытаний помещается в личное дело поступающего.

Суммарное количество баллов	Итоговая оценка
0-30	Незачет
31-60	зачет

2. ПРАВИЛА ВЫПОЛНЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

2.1. Челночный бег 10*10 (юноши, девушки) Выполняется бег с разворотом 10 раз по 10 метров. Нормативы сдаются в спортивном зале, на стадионе или ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Бег начинается с низкого или высокого старта по командам: «На старт», «Внимание», «Марш».

При выполнении упражнения одна нога должна выполнять заступ за линию, а рука - выполнять касание линии, после этого производится разворот корпуса. При отсутствии касания рукой линии, абитуриент пробегает дополнительные 10 метров.

Пробегая последние 10 метров (завершая упражнение), производить касание рукой линии не нужно.

2.2. Подтягивания из виса на высокой перекладине (юноши)

При выполнении упражнения необходимо заводить подбородок за перекладину, подбородок на уровне перекладины или ниже уровня перекладины не засчитывается. Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать».

Основные ошибки: раскачивания, подтягивания рывками, отсутствие разгибания рук в локтях, касание пола (земли)

2.3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч находятся по бокам от контактной платформы, кисти направлены вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов. Плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью контактной платформы высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в исходное положение.

Принимающий упражнение объявляет счет каждого законченного движения. В случае нарушения правил выполнения упражнения вместо очередного счета подается команда «Не считать».

Ошибки: отжимания «волной», отжимания «домиком», касание пола бедрами/коленями/тазом, поочередное разгибание рук, отсутствие касания платформы.

2.4. Подъем туловища из положения лежа на спине (юноши, девушки)

Поднимание туловища из положения лежа на спине выполняется из исходного положения: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым, ступни прижаты к полу или закреплены.

Ошибки: отсутствие касания локтями коленей, отсутствие касания лопатками и пальцами рук пола, пальцы разомкнуты «из замка», смещение таза.

3. НОРМАТИВЫ ПРОХОЖДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

3.1 Юноши (на базе основного общего)

№ п/п	Упражнения	Баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	6
1	Челночный бег 10*10 (сек)	24.0	25.0	26.0	27.0	28.0	29.0	30.0	31.0
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз)	18	16	14	12	10	8	6	4
3	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту)	50	48	46	44	42	40	38	36

3.2 Девушки (на базе основного общего)

№ п/п	Упражнения	Баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	6
1	Челночный бег 10*10 (сек)	27.0	28.0	29.0	30.0	31.0	32.0	33.0	34.0
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз)	20	18	16	14	12	10	8	6
3	Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту)	40	38	36	34	32	30	28	26

4. ПРОВЕДЕНИЕ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ДЛЯ ЛИЦ С ИНВАЛИДНОСТЬЮ И ОВЗ

В Колледже проведение вступительных испытаний по специальности 40.02.02. «Правоохранительная деятельность» для лиц с инвалидностью и ОВЗ не предусмотрено.

РАЗРАБОТАЛ:

Руководитель физического воспитания

Бадалов А.Н.

ГБПОУ «ЧЕЧЕНСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ КОЛЛЕЖ»

Экзаменационный лист № _____
 проведения вступительного испытания по Физической культуре
 специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность
 Срок обучения _____

Фамилия, Имя, Отчество _____

Дата рождения _____

Место проведения _____

Дата проведения _____

Экзаменатор _____

Виды упражнений	Дата проведения	Результаты выполнения	Набранные баллы	Зачет/ незачет
Челночный бег 10*10 (сек)				
Подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз)				
Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту)				
Сумма баллов				

Экзаменатор _____

С результатами вступительного
 испытания ознакомлен _____

ГБПОУ «ЧЕЧЕНСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ КОЛЛЕЖ»

Экзаменационный лист № _____
 проведения вступительного испытания по Физической культуре
 специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность
 Срок обучения _____

Фамилия, Имя, Отчество _____

Дата рождения _____

Место проведения _____

Дата проведения _____

Экзаменатор _____

Виды упражнений	Дата проведения	Результаты выполнения	Набранные баллы	Зачет/ незачет
Челночный бег 10*10 (сек)				
Подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз)				
Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту)				
Сумма баллов				

Экзаменатор _____

С результатами вступительного
 испытания ознакомлен _____

ГБПОУ «ЧЕЧЕНСКИЙ СОЦИАЛЬНО-ПРАВОВОЙ КОЛЛЕЖ»

Сводный экзаменационный протокол
вступительных испытаний № _____

Специальность 40.02.02 Правоохранительная деятельность

Дисциплина _____

Подгруппа _____

Дата проведения _____

Экзаменатор _____

Ассистент _____

Из допущенных _____ абитуриентов, явились _____,

не явились _____

Начало испытания _____, конец испытания _____

№ п/п	ФИО абитуриента	Челночный бег 10*10 (сек)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (число раз)		Подъем туловища из положения лежа на спине (кол-во раз за 1 минуту)		Сумма баллов	Зачет/незачет
		результат	балл	результат	балл	результат	балл		
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									
21									
22									
23									
24									
25									

Председатель комиссии: _____

Экзаменатор: _____

Ассистент: _____