



Санкт-Петербургское государственное бюджетное профессиональное  
образовательное учреждение  
«Политехнический колледж городского хозяйства»  
Организационно-правовая документация

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
от 11.02. 2021  
№ 44 - ОД

**ПРОГРАММА**  
**ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**  
**ПО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**  
**ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ**  
**СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**40.02.02 «ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ»**

Санкт-Петербург 2021

	Должность	Фамилия, И.О.	Подпись	Дата
Разработал	Начальник отдела ФВ и ОБЖ	Петрова В.А.		10.02.2021
Согласовано	Зам. директора по учебной работе	Барсукова С.В.		10.02.2021
Согласовано	Начальник отдела ДОУ	Шорина А.В.		10.02.2021
Согласовано	Юрисконсульт	Ганичева М.А.		10.02.2021

УТВЕРЖДЕНА  
приказом директора  
от 11.02. 2021  
№ 44 - ОД

**ПРОГРАММА**  
**вступительных испытаний**  
**по образовательной программе «Физическая культура»**  
**по специальности среднего профессионального образования**  
**40.02.02 «Правоохранительная деятельность»**

**Введение**

Программа вступительных испытаний по образовательной программе «Физическая культура» по специальности 40.02.02. «Правоохранительная деятельность» (далее – Программа) в СПб ГБПОУ «ПКГХ» (далее - учреждение) составлена в соответствии с Государственными требованиями к минимуму содержания основного общего образования и примерных программ по общеобразовательным предметам.

Учреждение вправе изменить формат вступительных испытаний согласно требованиям Роспотребнадзора, Министерства просвещения РФ и Правительства Санкт-Петербурга.

**1. Правила проведения вступительных испытаний**

1.1. При приеме в СПб ГБПОУ «ПКГХ» (далее - учреждение) для обучения по специальности 40.02.02. «Правоохранительная деятельность» проводятся вступительные испытания, подтверждающие наличия у поступающих физических качеств, необходимых для обучения по соответствующей образовательной программе.

1.2. К вступительному экзамену по физической культуре допускаются абитуриенты, предоставившие в приемную комиссию вместе с заявлением о приеме, заявление о допуске к вступительным испытаниям, копию медицинской справки 086-у установленного образца, содержащую заключение об отсутствии ограничений к занятиям физической культурой и сдачи вступительных испытаний, в сроки, установленные приемной комиссией.

1.3. К вступительному экзамену по физической культуре допускаются абитуриенты с основной группой здоровья.

1.4. Врач вправе не допустить абитуриента к испытаниям по медицинским противопоказаниям.

1.5. Вступительные испытания по дисциплине «Физическая культура» проводятся в форме сдачи нормативов.

1.6. Экзамен проводится в один день и предусматривает выполнение 3 нормативов.

1.7. Каждый вид упражнения оценивается по 20-ти бальной шкале согласно нормативам (приводятся ниже).

1.8. Все набранные баллы суммируются.

1.9. Минимальное количество баллов в сумме должно составлять 26, максимальное количество баллов - 60.

1.10. Абитуриенты, не уложившиеся хотя бы в один из нормативов, получают 0 баллов и автоматически выбывают из списка рассматриваемых к зачислению.

1.11. Абитуриенты, получившие менее 26 баллов (неудовлетворительный результат), так же выбывают из списка рассматриваемых к зачислению.

1.12. Результаты вступительных испытаний оцениваются по системе «зачёт» или «незачёт».

1.13. Повторная сдача вступительного испытания с целью улучшения полученного результата, а так же при получении неудовлетворительного результата не допускается.

1.14. Лица, не явившиеся на вступительное испытание в день, утвержденный расписанием проведения испытаний, по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), **допускаются к ним установлением даты** не позднее общего периода проведения испытания, в соответствии с п. 1.16.

1.15. Общий период проведения вступительных испытаний установлен в период с 24 июня по 13 августа 2021 года.

1.16. Дата вступительного испытания назначается индивидуально каждому абитуриенту во время подачи документов по мере комплектования групп.

1.17. Информация о проведении вступительных испытаний размещается на информационном стенде приемной комиссии и на сайте учреждения по адресу <http://pkgh.edu.ru>.

1.18. Списки допущенных к испытаниям размещаются на сайте учреждения за два рабочих дня до начала испытания.

1.19. Лицам, не допущенным до вступительного испытания по медицинским показаниям, отправляется уведомление в электронном виде.

1.20. В день вступительного испытания абитуриент обязан:

1.20.1. Явиться за 15 минут до его начала.

1.20.2. Иметь при себе паспорт.

1.21. Во время проведения вступительного испытания абитуриенты обязаны соблюдать следующие правила поведения:

1.21.1. Не опаздывать на место проведения испытаний.

Находиться в спортивной форме одежды (спортивный костюм, кроссовки).

1.21.2. Соблюдать санитарно-гигиенические требования, установленные Роспотребнадзором.

1.21.3. Знать технику безопасности при выполнении упражнений вступительных испытаний и соблюдать правила прохождения вступительного испытания.

1.21.4. Знать нормативы по выполнению вступительных испытаний.

1.21.5. Поставить подпись под ознакомлением с техникой безопасности при выполнении упражнений вступительных испытаний.

1.21.6. Не покидать пределов территории, которая установлена экзаменационной комиссией до окончания вступительных испытаний.

1.22. За грубое нарушение правил вступительного испытания абитуриент

может быть удален со вступительного испытания с составлением акта об удалении.

## **2. Правила выполнения вступительного испытания**

Во время проведения вступительных испытаний у абитуриентов проверяются следующие физические качества:

- **силовая выносливость** (пресс);
- **сила** (подтягивание на перекладине(юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа(девушки);
- **выносливость** (бег 1000м).

### **2.1. Пресс (количество раз за 1 минуту).**

Поднимание туловища из положения лежа на спине, выполняется из исходного положения (далее-ИП): лежа на ровной поверхности, на спине, руки в замок за головой, ноги согнуты в коленях и не зафиксированы. Подъем туловища до касания локтями коленей.

Засчитывается количество правильно выполненных подъемов.

Ошибки:

- 1) не было касания локтями коленей или бедер;
- 2) лопатки не коснулись мата;
- 3) пальцы разомкнулись;
- 4) сместился таз;
- 5) стопы отрываются от пола.

### **2.2. Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши):**

Подтягивание из виса на высокой перекладине выполняется из ИП: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Абитуриент подтягивается так, чтобы подбородок пересек верхнюю линию грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав на 0,5 с ИП, продолжает выполнение упражнения. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний.

Ошибки:

- 1) подтягивание рывками или с махами ног (туловища);
- 2) подбородок не поднялся выше грифа перекладины;
- 3) отсутствие фиксации на 0,5 с ИП;
- 4) одновременное сгибание рук.

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

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, выполняется из ИП: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти 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 пола или «контактной платформы» высотой 5 см, затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его на 1с, продолжить выполнение тестирования.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук.

Ошибки:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- 2) нарушение прямой линии «плечи - туловище – ноги»;
- 3) отсутствие фиксации на 1с ИП;
- 4) поочередное разгибание рук;
- 5) отсутствие касания грудью пола (платформы);
- 6) разведение локтей относительно туловища более чем на 45 градусов.

#### 2.4. Бег 1000 м

Бег выполняется с высокого старта. Выполняется на ровном участке или по пересеченной местности с высокого старта по командам: «На старт», «Марш». Хронометраж прекращается, когда бегущий пересек линию финиша любой частью туловища. Результат определяется с точностью до 1 сек.

2.5. Абитуриентам, не уложившимся в нормативы, в протокол выставляется 0 баллов (незачет).

### 3. Нормативы прохождения испытаний:

#### Юноши

№ п/п	Упражнения	Баллы								
		20	18	16	14	12	10	8	6	0
1.	Бег 1000м	3.10	3.15	3.20	3.35	3.45	3.50	4.00	4.20	
2.	Пресс за 1 минуту	55	53	50	45	40	35	32	30	
3.	Подтягивание из вися на высокой перекладине (число раз)	20	15	13	12	11	10	9	6	

#### Девушки

№ п/п	Упражнения	Баллы								
		20	18	16	14	12	10	8	6	0
1.	Бег 1000м	3.20	3.30	3.40	3.45	3.50	4.00	4.20	4.30	
2.	Пресс за 1 минуту	50	45	43	40	37	35	32	30	
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (число раз)	25	23	20	19	18	17	16	15	

Суммарное количество баллов	Итоговая оценка за экзамен
0-25	незачет
26- и более	зачет

Лист согласования является неотъемлемой частью Программы.

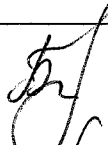
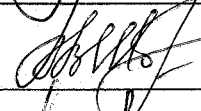

Начальник отдела ФВ и ОБЖ



В.А.Петрова

**ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ**

к Программе вступительных испытаний по образовательной программе  
«Физическая культура»  
по специальности 40.02.02. «Правоохранительная деятельность»

<b>Ф.И.О.</b>	<b>Должность</b>	<b>Подпись</b>	<b>Дата</b>
Барсукова С.В.	Заместитель директора по учебной работе		10.02.2021
Шорина А.В.	Начальник отдела ДОУ		10.02.2021
Ганичева М.А.	Юрисконсульт		10.02.2021

