



«УТВЕРЖДЕНО»

Председатель приемной комиссии УдГУ
Ректор Г.В. Мерзлякова
2023 г.

**Программа и правила проведения вступительного испытания
для поступающих на специальности среднего профессионального
образования «Пожарная безопасность», «Правоохранительная
деятельность»**

Вступительное испытание проводится в соответствии с Порядком приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденным приказом Министерства просвещения РФ №457 от 02.09.2020 г. с целью выявления у поступающих наличия определенных физических качеств.

Вступительное испытание проводится в форме спортивного многоборья, включающего выполнение контрольных упражнений на основе школьной программы по физической культуре (четыре вида нормативов).

Перечень упражнений многоборья

Перечень упражнений многоборья:

1. Бег 100 м – (мужчины, женщины)
2. Бег 1000 м – мужчины, бег 500 м – женщины
3. Силовая гимнастика:

подтягивание из виса на перекладине – мужчине
сгибание и разгибание рук в упоре лежа

4. Прыжок в длину с места

Условия выполнения легкоатлетических упражнений соответствуют правилам соревнований по этому виду спорта.

Условия выполнения гимнастических упражнений у мужчин:

Подтягивание из виса на перекладине.

Техника выполнения.

Вис хватом сверху, руки на ширине плеч, ноги вместе. Согнуть руки до момента, когда подбородок доходит до уровня кистей. Упражнение выполнить плавно, без рывков, оставляя ноги прямыми.

Условия выполнения гимнастических упражнений у женщин:

Сгибание – разгибание рук в упоре лежа.

Техника выполнения:

Сгибание – разгибание рук выполняется из исходного положения «Упор лежа на полу»: выпрямленные перед собой руки упираются в пол на ширине плеч

пальцами вперед; плечи, туловище и ноги составляют прямую линию, ноги разведены на ширину стопы, пальцы стоп упираются в пол без дополнительного упора. Расстояние между указательными пальцами рук не должно превышать ширины плеч участницы. Сгибание рук выполняется до касания грудью поролоновой платформы высотой 5 см, а разгибание – до полного выпрямления рук при сохранении прямой линии: голова – туловище – ноги. Запрещается касаться пола бедрами, разводить локти относительно осевой линии туловища более чем на 45 градусов, делать «рывки» и «волны» головой, плечами, туловищем, останавливаться во время выполнения очередного сгибания – разгибания рук, касаться грудью платформы более 1 сек.

В таблицах 1 и 2 приведены виды испытаний, результаты и критерии оценки спортивного многоборья в баллах для поступающих на базе среднего общего образования (таблица 1) и на базе основного общего образования (таблица 2).

**Нормативные требования для поступающих
на базе среднего общего образования**

Таблица 1

Баллы	Виды упражнений и результат							
	100 м. (сек)		1000 м.	500 м.	Силовая гимнастика (кол-во повторений)		Прыжок в длину с места (см)	
	муж	жен	муж	жен	муж	жен	муж	жен
5	12,8	16,1	3,10	1,40	16	16	240	195
4	13,1	16,4	3,20	1,50	14	14	230	190
3	13,4	16,7	3,30	2,00	12	12	220	185
2	13,7	17,0	3,40	2,10	10	10	210	180
1	14,0	17,3	3,50	2,20	7	8	200	175

**Нормативные требования для поступающих
на базе основного общего образования**

Таблица 2

Баллы	Виды упражнений и результат							
	100 м. (сек)		1000 м.	500 м.	Силовая гимнастика (кол-во повторений)		Прыжок в длину с места (см)	
	муж	жен	муж	жен	муж	жен	муж	жен
5	13,1	15,6	3,30	2,10	14	16	230	190
4	13,4	16,0	3,45	2,30	12	14	220	180

3	13,7	16,4	4,00	2,50	10	12	210	170
2	14,0	16,8	4,15	3,00	7	10	200	160
1	14,3	17,2	4,30	3,10	5	8	190	150

Абитуриент обязан участвовать во всех видах упражнений.

Вступительное испытание оценивается по зачетной системе: абитуриенту выставляется оценка «ЗАЧЕТ» или «НЕЗАЧЕТ».

Для определения оценки по зачетной системе членами экзаменационной комиссии производится оценка каждого вида упражнений по пятибалльной шкале с учетом утвержденных нормативов.

Максимальное количество баллов, которое может набрать абитуриент по четырем видам спортивного многоборья – 20 баллов.

Минимальное количество баллов, которое подтверждает успешное прохождение вступительного испытания для участия в конкурсе – 9 баллов.

Абитуриенты, набравшие за спортивное многоборье от 9 до 20 баллов, получает оценку «ЗАЧЕТ».

Абитуриенты, набравшие за спортивное многоборье от 0 до 8 баллов, считаются непрошедшими вступительное испытание и получает оценку «НЕЗАЧЕТ».

Лица, не проходившие вступительное испытание или получившие оценку «НЕЗАЧЕТ», выбывают из участия в конкурсе.

К сдаче вступительного испытания в форме спортивного многоборья поступающие допускаются только при наличии справки о состоянии здоровья и отсутствии противопоказаний по физической нагрузке. Поступающими представляется медицинская справка форма 086-у, выданная врачом поликлиники по месту проживания обследуемого. Справка должна в обязательном порядке отражать все запреты и ограничения по физической нагрузке, таких как инвалидность, данные о перенесенных или имеющихся заболеваниях, в том числе хронических, данные о прививках.

Также в справке должны содержаться заключения врачей специалистов, непосредственно проводивших осмотр, данные основных лабораторных исследований и флюорографии.