

**Программа**  
вступительного испытания профессиональной направленности на специальность  
среднего профессионального образования  
**40.02.02. Правоохранительная деятельность**

**1. Общие положения**

Программа содержит требования к вступительному испытанию по общей физической подготовленности по специальности **40.02.02. Правоохранительная деятельность** для отбора абитуриентов, обладающих необходимым уровнем физической подготовленности, двигательных умений и навыков.

Вступительное испытание по общей физической подготовленности включает в себя выполнение нормативных требований основных разделов школьной программы по физической культуре и проводится в один день.

Результаты вступительного испытания оцениваются по зачетной системе на основе суммарного количества баллов, набранных абитуриентами при выполнении нормативных требований по общей физической подготовленности: подтягивание на перекладине (юноши), сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки), челночный бег 10x10 м, бег 1000 м.

Суммарное количество баллов	Итоговая оценка
0-28	незачет
29 и более	зачет

Присутствие посторонних лиц при проведении вступительных испытаний с целью обеспечения безопасности и исключения травм запрещается.

**2. Содержание программы**

Программу вступительного испытания составляют контрольные упражнения, позволяющие определить уровень физической подготовленности и развития двигательных качеств поступающего.

**2.1. Челночный бег 10x10 м**

Выполняется на стадионе, в спортивном зале или ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота в отрезке 10 см. Результат определяется с точностью до 0.1 сек. С низкого или высокого старта по команде: «На старт», «Внимание», «Марш» пробежать 10 м, коснуться любой частью тела поверхности за линией старта или поворота (в случае нарушений этого правила упражнение считается невыполненным), повернувшись кругом пробежать 10 м в обратном направлении и так далее – всего 10 раз. Хронометраж прекращается, когда бегущий пересек линию финиша любой частью туловища. Запрещается использовать в

качестве опоры при повороте, какие либо естественные или искусственные предметы, неровности, выступающие над поверхностью поля.

## 2.2.Подтягивание на перекладине

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 счета подается команда «Не считать». Если эта команда подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

## 2.3.Отжимание от пола (сгибание и разгибание рук)

Из упора лежа (расстояние между руками по ширине плеч, туловище прямое) 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. Запрещается отжимание волной, касание пола бедрами и животом. 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 подается трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

## 2.4.Бег 1000 м.

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 сек.

## 3.Критерии оценки

### Абитуриенты (юноши) на базе среднего общего образования

№ п/п	Вид упражнения (вид измерения)	баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10x10 м (сек)	25.8	26.0	26.5	27.0	28.0	29.0	30.0	31.5 и более
2	Подтягивание на перекладине хватом сверху (количество раз)	17	15	13	12	11	10	9	8 и менее
3	Бег 1000 м	3.10	3.15	3.20	3.30	3.40	3.50	4.00	4.05 и более

### **Абитуриенты (девушки) на базе среднего общего образования**

№ п/п	Вид упражнений (вид измерения)	баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х 10 м (сек)	29.0	29.5	30.0	31.0	32.0	33.0	34.0	35.5 и более
2	Сгибание и разгибание рук от пола (количество раз)	22	20	18	16	14	12	10	8 и менее
3	Бег 1000 м	4.10	4.15	4.20	4.25	4.30	4.40	4.50	5.0 и более

### **Абитуриенты (юноши) на базе основного общего образования**

№ п/п	Вид упражнений (вид измерения)	баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х10 м (сек)	26.8	27.0	27.5	28.0	29.0	30.0	31.5	33.5 и более
2	Подтягивание на перекладине хватом сверху (количество раз)	16	14	13	12	10	9	8	7 и менее
3	Бег 1000 м	3.20	3.25	3.30	3.40	3.50	4.00	4.10	4.15 и более

### **Абитуриенты (девушки) на базе основного общего образования**

№ п/п	Вид упражнения (единица измерения)	баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х10 м (сек)	30.0	30.5	31.0	32.0	33.0	34.0	35.0	36.5 и более
2	Сгибание и разгибание рук от пола (количество раз)	20	18	16	14	12	10	8	7 и менее
3	Бег 1000 м	4.20	4.25	4.30	4.35	4.40	4.50	5.00	5.1 и более

## **4. Правила проведения испытаний**

4.1. Для проведения вступительного испытания формируются группы поступающих.

4.2. Расписание вступительного испытания (группа, дата, время и место проведения вступительного испытания) утверждается председателем приемной комиссии.

4.3. Вступительное испытание по физической культуре проводится в два этапа. На первом этапе абитуриент выполняет легкоатлетические нормативы, направленные на выявление уровня быстроты, скоростной силы и выносливости. На втором этапе

выполняют гимнастические упражнения, ориентированные на выявление уровня силы, гибкости, ловкости.

4.4. Испытания по гимнастике организуются и проводятся в спортивном зале, по легкой атлетике – на стадионе.

К вступительным испытаниям по физической культуре допускаются абитуриенты, подавшие документы на обучение по программе подготовки специалистов среднего профессионального образования по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность», предоставившие в приемную комиссию медицинскую справку (086у) установленного образца в сроки (10 августа), установленные приемной комиссией и получившие экзаменационный лист.

Лица, не явившиеся на вступительные испытания, по уважительной причине (болезнь и др.) подтверждают это документально и получают допуск у ответственного секретаря приемной комиссии и могут быть допущены на следующий поток вступительного испытания (если такой будет). Повторное участие абитуриента во вступительных испытаниях не допускается.

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

Перед вступительными испытаниями проводится инструктаж по технике безопасности и проведения экзамена. Абитуриент, не имеющий медицинской справки к испытаниям не допускается.

Во время проведения вступительного испытания абитуриент обязан соблюдать правила поведения и техники безопасности, правила социального дистанцирования 1.5-2 м между абитуриентами. За нарушение правил поведения абитуриент может быть удален со вступительного испытания с составлением акта об удалении. Максимальная оценка при выполнении одного этапа испытания 20 баллов. Общая оценка за вступительные испытания по физической подготовке складывается из баллов, набранных кандидатом на обучение за каждые из трех контрольных упражнений. Все набранные баллы суммируются.

Абитуриент, не уложившийся хотя бы в один из нормативов, получает 0 баллов и автоматически выбывает из рейтингового списка.

Результат вступительного испытания по физической подготовке оценивается по зачетной системе («зачет», «незачет»). Абитуриент, получивший 29 и более баллов, получает «зачет», менее 29 баллов – «незачет»

4.5. В день вступительного испытания поступающий обязан:

- явиться за 30 минут до начала вступительного испытания;
- иметь при себе паспорт или другой документ, удостоверяющий личность, экзаменационный лист (выдается при подаче документов в приемную комиссию), спортивную форму и сменную спортивную обувь, передвижение по колледжу только в сопровождении экзаменатора;

4.6. Во время проведения вступительного испытания абитуриенты должны соблюдать следующие правила:

- 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 членом комиссии;
- покидать пределы территории, которая установлена приемной комиссией для проведения вступительного испытания.

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

4.7. Результаты вступительного испытания объявляются в день его проведения.