

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ХАНТЫ-МАНСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ-ЮГРА



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ
ОРГАНИЗАЦИЯ
«СУРГУТСКИЙ ИНСТИТУТ ЭКОНОМИКИ, УПРАВЛЕНИЯ И ПРАВА»

РАССМОТРЕНО И ОДОБРЕНО:
Педагогическим советом
(протокол № 10 от «18» мая 2021 г.)



УТВЕРЖДАЮ:
Директор
Г.В. Патракова
«18» мая 2021 г.

Программа
дополнительного 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 10х10, бег 1000 м.

Суммарное количество баллов	Итоговая оценка
0-24	незачет
25 - и более	зачет

2. Содержание программы

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

2.1. Челночный бег 10х10м.

Выполняется в спортивном зале, на стадионе или ровной площадке с размеченными линиями старта и поворота. Ширина линии старта и поворота входит в отрезок 10м. Результат определяется с точностью до 0,1 сек. С низкого или высокого старта по командам: «На старт», «Внимание», «Марш» пробежать 10м, коснуться любой частью тела поверхности за линией старта или поворота (в случае нарушения этого правила упражнение считается невыполненным), повернувшись кругом, пробежать 10м 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 пола.

2.2 Подтягивание на перекладине.

Из виса хватом сверху с выпрямленными руками, туловищем и ногами по команде «Начи-най», 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.

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

Из упора лежа (расстояние между руками по ширине плеч, туловище прямое) по команде «Начи-най» 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 отжимания 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 применяется трижды подряд, выполнение упражнения прекращается.

2.4. 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.

3. Критерии оценки

Абитуриенты (юноши) на базе среднего общего образования

№	Вид упражнения(единица измерения)	Баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х10м (сек)	25.8	26.0	26.5	27.0	28.0	29.0	30.0	31.5 и более
2	Подтягивания на перекладине хватом сверху (кол-во раз)	17	15	13	12	11	10	9	8 и менее
3	Бег 1000м	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

№	Вид упражнения(единица измерения)	Баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х10м (сек)	29.0	29.5	30.0	31.0	32.0	33.0	34.0	35.5 и более
2	Отжимание от пола (кол-во раз)	22	20	18	16	14	12	10	8 и менее
3	Бег 1000м	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

№	Вид упражнения(единица измерения)	Баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х10м (сек)	26.8	27.0	27.5	28.0	29.0	30.0	31.5	33.5 и более
2	Подтягивания на перекладине хватом сверху (кол-во раз)	16	14	13	12	10	9	8	7 и менее

3	Бег 1000м	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

№	Вид упражнения(единица измерения)	Баллы							
		20	18	16	14	12	10	8	7
1	Бег 10х10м (сек)	30.0	30.5	31.0	32.0	33.0	34.0	35.0	36.5 и более
2	Отжимание от пола (кол-во раз)	20	18	16	14	12	10	8	7 и менее
3	Бег 1000м	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.

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.

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 членов комиссии к месту сдачи норматива.

Запрещено:

– использовать какое-либо оборудование без указания членов комиссии;
– покидать пределы территории, которая установлена приемной комиссией для проведения вступительного испытания.

За нарушение правил поведения поступающий 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.