

«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 вися 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 вися 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.