

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Министерство образования Красноярского края  
КГБПОУ «Ачинский педагогический колледж»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор КГБПОУ  
«Ачинский педагогический  
колледж», председатель  
приемной комиссии



Е.С. Рожкова

**ПРОГРАММА**  
**проведения вступительных испытаний по специальности**  
**49.02.01 Физическая культура**

Рассмотрено на заседании методического совета  
(Протокол № 6 от 21.02.2018 г.)

Составители:

Чернышева О.В., преподаватель высшей квалификационной категории  
Усков М.О., руководитель физического воспитания

## Пояснительная записка

Программа вступительных испытаний по специальности 49.02.01 Физическая культура (далее - Программа) разработана в соответствии с:

- Федеральным Законом Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273 -ФЗ (с изм. и доп., вступ. в силу с 24.07.2015) «Об образовании в Российской Федерации»;

- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.01.2014 г N 36 «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования», зарегистрированным Министерством юстиции Российской Федерации 06.03.2014 г. регистрационный N 31529 (в ред. от 11.12.2015);

- приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.12.2013 N 1422 «Об утверждении Перечня вступительных испытаний при приеме на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования по профессиям и специальностям, требующим у поступающих наличия определенных творческих способностей, физических и (или) психологических качеств», зарегистрированным Министерством юстиции Российской Федерации 28.01.2014 регистрационный N 31132»;

- Правилами приема в Краевое государственное бюджетное профессиональное учреждение «Ачинский педагогический колледж» на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования на 2018 – 2019 учебный год

Цель проведения вступительных испытаний при приеме в КГБПОУ Ачинский педагогический колледж на обучение по специальности 49.02.01 «Физическая культура» - выявление у поступающих определенных физических качеств, необходимых для освоения содержания образовательной программы по данной специальности. Форма и содержание вступительных (физических) испытаний определяются Учреждением самостоятельно.

Содержание программы вступительных испытаний определено:

- Примерной рабочей программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 -11 классов» В. И. Ляха, А. А., Зданевича. (М.: Просвещение, 2012);

- Государственных требований к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО), утвержденных приказом Министерства спорта России от «08» июля 2014 г. № 575.

Программа вступительных (физических) испытаний по предмету «Физическая культура» составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897, требований Федерального государственного образовательного стандарта общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки России от 17 мая 2012 г. № 413, обязательных при реализации предметной области «Физическая культура» образовательными учреждениями, имеющим государственную аккредитацию.

Вступительные (физические) испытания проводятся в форме контрольных упражнений в соответствии с требованиями «Рекомендаций по безопасности эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений общеобразовательных организаций, спортивного оборудования и инвентаря при организации и проведении физкультурно-оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий с обучающимися», утвержденных Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.10.2013 г. № ВК-710/09.

Организацию и проведение вступительных испытаний осуществляет экзаменационная комиссия КГБПОУ Ачинский педагогический колледж, в которую входит не менее двух преподавателей физической культуры.

## **Порядок, условия проведения вступительных (физических) испытаний**

Вступительные (физические) испытания проводятся в один день.

Обязательным условием организации вступительных (физических) испытаний является присутствие на них медицинского работника в течение всего времени их проведения.

Допуск поступающих к вступительным (физическим) испытаниям осуществляется на основании приказа директора колледжа.

В день вступительного (физического) испытания поступающий обязан:

- явиться за 15 минут до его начала;
- иметь при себе паспорт;
- иметь при себе спортивную одежду и обувь.

Продолжительность вступительного испытания по каждому контрольному упражнению – не более 45 минут.

Перед началом выполнения каждого контрольного упражнения экзаменаторы вступительных (физических) испытаний проводят инструктаж поступающих о выполнении контрольного упражнения, который фиксируется протоколом. Поступающим предоставляются не менее 10 минут для разминки.

Во время проведения вступительного (физического) испытания, поступающие должны соблюдать следующие правила поведения:

- соблюдать тишину;
- работать самостоятельно;
- запрещено использовать какое-либо оборудование (снаряды, инвентарь, счетчики времени и пр.) сверх того, которое предоставляется приемной комиссией;
- соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений;
- своевременно проводить разминку, а также являться по требованию представителей экзаменационной комиссии к месту выполнения испытания;
- не покидать пределов территории, которая установлена приемной комиссией для проведения вступительного испытания;

За нарушение правил проведения испытаний поступающий удаляется с вступительного испытания с аннулированием результатов за выполненную работу независимо от числа правильно выполненных упражнений, о чем составляется акт, утверждаемый экзаменационной комиссией.

При наличии уважительных причин, подтвержденных документами, поступающие могут допускаться к сдаче пропущенных вступительных (физических) испытаний, на основании письменного заявления, в котором должна быть указана причина отсутствия на данном испытании, и документа, подтверждающего уважительную причину пропуска данного испытания. Решение о допуске принимает председатель приемной комиссии, что фиксируется протоколом.

Уважительной причиной пропуска экзамена являются: чрезвычайная ситуация (подтверждается предъявлением справки государственной организации, зафиксировавшей факт чрезвычайной ситуации), болезнь абитуриента (подтверждается справкой медицинского учреждения).

Лица, не явившиеся на экзамен по уважительной причине, участвуют в испытании по индивидуальному графику (резервный день). Лица, не явившиеся на вступительные (физические) испытания без уважительных причин, зачислению не подлежат.

Повторение вступительных испытаний не разрешается.

Расписание вступительных испытаний (дата, время, группа и место проведения вступительного испытания и консультаций, дата объявления результатов) утверждается председателем приемной комиссии и размещается на официальном сайте Колледжа и информационном стенде приемной комиссии не позднее, чем за две недели до их проведения.

При выполнении вступительных (физических) испытаний в момент регистрации каждый из поступающих получает экзаменационный лист, куда впоследствии заносятся все результаты испытаний.

Для выполнения вступительных (физических) испытаний делятся на группы (юноши/девушки) очередность выполнения – по алфавиту. В ожидании своей очереди поступающие находятся в специально отведенной зоне, выделенной оградительной лентой.

### Форма проведения вступительных (физических) испытаний

Вступительные (физические) испытания на направление подготовки «Физическая культура» проводится в форме выполнения контрольных упражнений:

юноши	девушки
челночный бег 3x10 м.	
прыжок в длину с места	
подтягивание на высокой перекладине	поднимание туловища из положения, лежа на спине
Штрафной бросок (баскетбол) – по выбору поступающих	
Сочетание верхней передачи и нижнего приема волейбольного мяча над собой (волейбол) – по выбору поступающих	

### Содержание вступительных (физических) испытаний

#### 1. Челночный бег 3x10м.

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш». Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, касается ее и преодолевает последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш». Участники стартуют по 2 человека.

При проведении забега используются следующие команды:

«На старт» - подойти к стартовой линии.

«Внимание!» - приготовиться к забегу.

«Марш» - начать бег. Результат фиксируется с точностью до 0,1 сек.

#### Критерии оценивания

юноши	девушки
отсутствие «фальстарта»	
отсутствие перехода на соседнюю дорожку	
время забега до 7,7 сек.	время забега до 8,1 сек.

**Внимание!** Любое отхождение от правил выполнения физического испытания влечет за собой обнуление результатов относительно данного испытания, что фиксируется протоколом с оценкой «не зачтено».

#### 2. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в секторе для горизонтальных прыжков.

При выполнении испытания участник принимает исходное положение (далее – И.П.): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен. Измерение производится по перпендикулярной прямой от линии измерения до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника. Участнику предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

**Критерии оценивания:**

юноши	девушки
отсутствие заступа за линию измерения или касание ее	
одновременное отталкивание ногами	
отсутствие предварительного подскока при отталкивании	
длина прыжка 200 см. и более	длина прыжка 180 см. и более

**Внимание! Любое отхождение от правил выполнения физического испытания влечет за собой обнуление результатов относительно данного испытания, что фиксируется протоколом с оценкой «не зачтено».**

### **3. Подтягивание (юноши)**

Подтягивание выполняется на высокой перекладине. При выполнении испытания участник должен проверить надежность крепления перекладины. Принять И.П.: вис на прямых руках хватом сверху. Положение вися фиксируется 1 –2 секунды. Сгибая руки, подтянуться; разгибая руки, опуститься в положение вися. При подтягивании подбородок должен быть выше грифа перекладины.

Выполнение упражнения засчитывается в тот момент, когда тело вернулось в исходное положение вися на прямых руках. Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи.

**Критерии оценивания:**

- отсутствие рывков или махов ногами (туловищем)
- касание подбородком перекладины
- фиксация и.п. на 1-2 сек.
- отсутствие разновременности при сгибании рук
- отсутствие перехвата руками
- количество повторов 12 и более раз (допускается 2 ошибки)

**Внимание! Любое отхождение от правил выполнения физического испытания влечет за собой обнуление результатов относительно данного испытания, что фиксируется протоколом с оценкой «не зачтено».**

### **4. Поднимание туловища из положения лежа на спине (девушки)**

При выполнении испытания участник принимает исходное положение ИП: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой (в замке), лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты к полу. Упражнения выполняются самостоятельно, без помощи в фиксации ступней.

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища (за 1 мин.), касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в ИП. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

**Критерии оценивания:**

- касание локтями бедер (коленей)
- касание лопатками гимнастического мата
- отсутствие размыкания пальцев рук «из замка»
- количество повторов: 35 и более раз (допускается 2 ошибки)

**Внимание! Любое отхождение от правил выполнения физического испытания влечет за собой обнуление результатов относительно данного испытания, что фиксируется протоколом с оценкой «не зачтено».**

## **5. Штрафной бросок (баскетбол) – по выбору поступающих**

При выполнении штрафного броска необходимо занять И.П. - встать за линией штрафного броска. Мяч должен находиться на уровне груди, удерживается пальцами, локти у туловища, ноги в коленных суставах слегка согнуты, туловище прямое. После броска мяча поступающий возвращается в ИП.

Поступающий выполняет 10 штрафных бросков, учитывается количество попаданий. Дается две попытки, учитывается лучшая попытка. Юноши выполняют баскетбольным мячом №7, девушки №6.

### **Критерии оценивания:**

- отсутствие касания линии штрафного броска
- количество попаданий: 5 раз и более

**Внимание! Любое отхождение от правил выполнения физического испытания влечет за собой обнуление результатов относительно данного испытания, что фиксируется протоколом с оценкой «не зачтено».**

## **6. Сочетание верхней передачи и нижнего приема волейбольного мяча над собой (волейбол) – по выбору поступающих**

При выполнении верхней передачи двумя руками необходимо принять И.П.: ноги согнуты в коленях (угол в коленном суставе не должен быть меньше 90°), руки согнуты в локтях и подняты; кисти вынесены перед лицом так, чтобы большие пальцы находились примерно на уровне бровей.

При выполнении нижнего приема двумя руками необходимо принять И.П.: ноги согнуты в коленях, одна нога немного впереди, руки подготовлены для приема мяча. Кисти рук сомкнуты и отведены вниз. Руки прямые, максимально сближены.

Стоя в кругу, диаметром 2 метра, выполнить последовательное сочетание верхней передачи и нижнего приема волейбольного мяча над собой. Учитывается количество выполненных приемов и правильность их выполнения. Дается две попытки, засчитывается лучшая.

### **Критерии оценивания:**

- отсутствие касания мяча ладонями
- при выполнении упражнения большие пальцы рук направлены вперед
- количество повторов: 15 раз и более

## **Процедура оценивания вступительных (физических) испытаний**

Результаты выполнения контрольных упражнений оцениваются по зачетной системе и оформляются протоколами. Успешное прохождение вступительных испытаний подтверждает наличие у поступающих определенных физических качеств, необходимых для обучения по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2015 N 1456).

Поступающие, успешно справившиеся с тремя контрольными упражнениями – считаются прошедшими вступительные испытания.

Абитуриенты, имеющие золотой знак отличия Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне», вступительные испытания не проходят.

В случае если численность поступающих, включая поступающих, успешно прошедших вступительные испытания, превышает количество мест, финансовое обеспечение которых осуществляется за счет краевого бюджета, колледж осуществляет прием на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования на основе результатов освоения поступающими образовательной программы среднего общего образования, указанных в представленных поступающими документах об образовании и (или) документах об образовании и о квалификации (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 11.12.2015 N 1456).

При равных результатах освоения образовательной программы основного общего образования (средний балл аттестата) преимущественным правом зачисления пользуются поступающие, имеющие лучшие результаты освоения профилирующих учебных предметов среднего общего образования (русский язык, биология, физическая культура), указанных в представленных поступающими документах об образовании.

### **Особенности проведения вступительных (физических) испытаний для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья<sup>1</sup>**

Вступительные испытания по специальности 49.02.01 Физическая культура для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (далее – ОВЗ) организуются Колледжем с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья и обеспечивается соблюдение следующих требований:

– вступительные испытания проводятся для инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с поступающими, не имеющими ОВЗ, если это не создает трудностей для поступающих при сдаче вступительного испытания;

– присутствие ассистента, из числа работников Колледжа или привлеченных лиц, оказывающего поступающим необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с экзаменатором);

– поступающим предоставляется в печатном виде инструкция о порядке проведения вступительных испытаний;

– поступающие с учетом их индивидуальных особенностей могут в процессе сдачи вступительного испытания пользоваться необходимыми им техническими средствами;

– материально-технические условия обеспечивают возможность беспрепятственного доступа поступающих в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

Дополнительно при проведении вступительных испытаний обеспечивается соблюдение следующих требований в зависимости от категорий поступающих с ограниченными возможностями здоровья:

а) для слабовидящих:

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- задания для выполнения, а также инструкция о порядке проведения вступительных испытаний оформляются увеличенным шрифтом;

в) для глухих и слабослышащих:

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости поступающим предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

д) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- осуществляется пролонгирование времени на выполнение каждого контрольного упражнения.

---

<sup>1</sup> Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 23.01.2014 №36 Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования (в ред. Приказа Минобрнауки от 11.12.2015 №1456); Правила приема в Краевое государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение «Ачинский педагогический колледж» на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования на 2018-2019 учебный год, утвержденные приказом директора №18/2 от 22.02.2018г.