

Программ вступительных испытаний, проводимых организацией самостоятельно, по специальности 42.02.02 «Правоохранительная деятельность»

Основные положения

1.1 Вступительным испытанием для поступающих на специальность 42.02.02 «Правоохранительная деятельность» является физическое испытание в форме приема установленных нормативов по физической культуре (Приложение 1).

1.2 Прием вступительных испытаний по физической культуре организуется и проводится экзаменационной комиссией в составе преподавателей физической культуры колледжа по утвержденному приемной комиссией расписанию.

1.3 Цель проведения вступительных испытаний – выявление у поступающих определенных физических способностей, необходимых для успешного освоения образовательных программ по специальности «Правоохранительная деятельность».

1.4 Перед проведением испытания абитуриентам сообщаются правила и порядок прохождения вступительных испытаний, их права и обязанности, а также предоставляется время (не менее 15 минут) для самостоятельной разминки перед выполнением упражнений.

1.5. Для выполнения упражнений предоставляется одна попытка. В отдельных случаях (при срыве, падении, по вине третьих лиц) по решению экзаменационной комиссии может быть пройдено испытание повторно.

1.6. В процессе сдачи нормативов абитуриенты обязаны:

- соблюдать технику безопасности;
- быть в спортивной форме;
- выполнять команды экзаменатора;
- соблюдать дисциплину;
- немедленно сообщать комиссии об ухудшении самочувствия абитуриента

1.7. После сдачи каждого норматива в ведомости проставляются соответствующие баллы. По результатам приема 3-х нормативов выставляется итоговый балл вступительного испытания, который исчисляется путем нахождения среднего арифметического числа по 3-м нормативам с округлением до десятых долей числа (Приложение 2).

Требования по выполнению нормативов

1. Поднимание туловища из положения лежа на спине (пресс).

Выполняется из исходного положения: лежа на спине, на гимнастическом мате, руки за головой «в замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Производится максимальное количество подниманий туловища за 1 минуту, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение.

2. Бег 60 метров.

Проводится на стадионе или иной ровной местности, Время засекается с точностью до 0,1 сек. Перед стартом проводится самостоятельная разминка.

3. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (отжимание).

Выполняется из исходного положения: упор лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом преподавателя вслух.

**НОРМАТИВЫ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ
КУЛЬТУРЕ**

По специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность»

Контрольные упражнения	Зачетные показатели					
	ЮНОШИ			ДЕВУШКИ		
	«1,5»	«1»	«0,5»	«1,5»	«1»	«0,5»
Поднимание туловища из положения лежа на спине (раз за 1 мин)	50	40	30	40	30	20
Бег на 60 метров (сек)	8,0	8,5	9,5	9,3	10,1	11,5
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)	42	31	20	16	11	6

ВЕДОМОСТЬ
результатов вступительных испытаний по физической культуре
поступающих на обучение в ГПОУ ТО ТГТК

ФИО абитуриента	Значение показателей			Средний балл
	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Бег на 60 метров	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	