

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

ПРОГРАММА

**вступительных испытаний для поступающих на обучение
по образовательным программам
среднего профессионального образования
специальность 49.02.01 Физическая культура**

Луганск
2024

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1. Вступительные испытания проводятся с целью выявления у поступающих наличия определенных способностей необходимых для освоения образовательных программ среднего профессионального образования и в соответствии с:

– Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

– Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 24 августа 2022 г. № 762;

– Порядком приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 2 сентября 2020 г. № 457;

– Федеральным государственным образовательным стандартом среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022 г. № 968;

– Перечнем 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, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 декабря 2013 г. № 1422;

– Правила приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования в Многопрофильный педагогический колледж федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Луганский

государственный педагогический университет» на 2024-2025 учебный год.

1.2. Вступительное испытание по физической культуре является одной из форм проверки готовности будущего специалиста к решению комплекса профессиональных задач и определения уровня базовой подготовки абитуриентов по предмету «Физическая культура».

1.3. Настоящая программа знакомит абитуриента с содержанием, системой требований, критериями оценки вступительного испытания и включает краткие рекомендации по подготовке к нему.

2. ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

2.1. Абитуриенты, поступающие в Многопрофильный педагогический колледж федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Луганский государственный педагогический университет» (далее – Колледж) на обучение по специальности 49.02.01 Физическая культура, сдают вступительное испытание в виде сдачи нормативов общефизической подготовки.

2.2. Содержание испытания и нормативные требования учитывают возраст абитуриентов и соответствуют требованиям школьной программы по физической культуре.

2.3. В ходе испытаний абитуриенты выполняют легкоатлетические нормативы, направленные на выявления уровня быстроты, скоростной силы и выносливости и упражнение, ориентированное на выявление уровня силы (Приложение 1), (Приложение2).

3. Проведение и оценивание вступительного испытания

3.1. На вступительном испытании по физической культуре абитуриенты должны выполнить следующие упражнения:

- в легкоатлетических видах: бег 100 м, прыжок в длину с места;
- выполнение силового упражнения: сгибание разгибание рук в висе (юноши), поднимание туловища за 1 мин., (девушки) сгибание разгибание рук в упоре лежа.

3.2. Испытание проводится в один день в соответствии с действующими вступительными правилами соревнований по видам спорта.

3.3. Время прибытия на испытание доводится до абитуриентов в день консультации, размещается на сайте колледжа и вывешивается на справочно-информационном стенде приемной комиссии.

3.4. Перед испытанием по физической культуре (не позднее, чем за три дня до экзамена) проводится консультация.

3.5. На консультации абитуриентам объясняется процедура проведения вступительного испытания, правила выполнения контрольных упражнений, нормативы выполнения.

3.6. На вступительном испытании абитуриенту необходимо иметь при себе спортивную форму, сменную спортивную обувь.

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

3.7.1. Явиться на вступительное испытание за 30 минут до его начала (в соответствии с расписанием);

3.7.2 Соблюдать тишину;

3.7.2. Запрещено использование какого-либо оборудования (инвентарь, счетчики времени и пр.) сверх того, которое предоставляется экзаменационной комиссией;

3.7.3. Соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений;

3.7.4. Своевременно проводить разминку, а также являться по требованию представителей экзаменационной комиссии к месту сдачи норматива;

3.7.5. Не покидать пределов территории, которая установлена отборочной комиссией для проведения вступительного испытания.

3.8. За нарушение правил поведения абитуриент удаляется со вступительного испытания с отметкой «не зачтено» за выполненную работу, независимо от числа правильно выполненных упражнений, о чем составляется акт, который утверждается председателем экзаменационной комиссии.

3.9. На вступительных испытаниях обеспечивается спокойная и доброжелательная обстановка, предоставляется возможность поступающим наиболее полно проявить уровень своих умений.

3.10. В случае опоздания на испытание абитуриент должен предупредить членов экзаменационной комиссии о причинах задержки. Абитуриенты, не явившиеся на вступительные испытания без уважительной причины, выбывают из конкурса и не зачисляются в число студентов Колледжа.

3.11. Повторное участие в соответствующем вступительном испытании не разрешается.

3.12. Если абитуриент не явился на вступительное испытание по уважительной причине (в случае форс-мажорных обстоятельств, по болезни), он обязан предоставить в отборочную комиссию подтверждение этих обстоятельств или справку о болезни. На основании поступившего от абитуриента документа, комиссия рассматривает возможность сдачи того вида упражнения, на который не явился абитуриент (или испытания в целом), но не позднее сроков проведения зачисления в колледж.

3.13. Результаты вступительных испытаний оцениваются по бальной системе.

3.14. Оценка результатов вступительных испытаний проводится согласно показанных результатов, представленных в Приложении 1 – (для поступающих на базе основного общего образования) и Приложении 2 (для поступающих на базе среднего общего образования).

3.15. Если абитуриент имеет по результатам вступительного испытания 1-2 балла, то он не допускается к конкурсному отбору.

4. ПОЯСНЕНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

4.1. Бег 100м (юноши, девушки)

Испытание проводится по прямой беговой дорожке или ровной площадке с любым покрытием с высокого старта. В забеге участвуют не более 4 человек. Оценивается время преодоления дистанции. Запрещается переходить на другую дорожку, создавать помехи сопернику. Время фиксируется с точностью до 0.1 сек, разрешается бежать только в спортивной обуви. Данный тест характеризует скоростные качества абитуриента и проводится в соответствии с действующими правилами соревнований по данному виду.

4.2. Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)

Выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки, туловище и ноги выпрямлены, ноги не касаются пола, ступни вместе. Абитуриент подтягивается так, чтобы подбородок поднялся выше грифа перекладины, затем опускается в вис и, зафиксировав исходное положение на 0,5 с, но не более 3 секунд и продолжает выполнение испытания. Засчитывается количество правильно выполненных попыток.

При фиксации исходного положения более 3 секунд, выполнение норматива прекращается.

4.3. Поднимание туловища из положения лежа на спине (девушки)

Выполняется из исходного положения: лежа на спине на гимнастическом мате, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются мата, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу. Абитуриент выполняет максимальное количество поднимания за 1 мин, касаясь локтями бедер (коленей), с последующим возвратом в исходное положение. Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища. Для выполнения испытания экзаменатором создаются пары, один из партнеров выполняет испытание,

другой удерживает его ноги за ступни и голени. Затем участники меняются местами.

4.4. Прыжок в длину с места (юноши, девушки)

Выполняется на площадке или в зале, где проводят линию и перпендикулярно к ней закрепляют сантиметровую ленту (рулетку). Прыжок выполняется из положения стоя, ступни ног у стартовой линии (линии измерения). Испытуемый встает около линии, не касаясь ее носками, затем, отводя руки назад, сгибает ноги в коленях и, оттолкнувшись обеими ногами, сделав резкий мах руками вперед, прыгает вдоль разметки. Расстояние измеряется от стартовой линии до ближайшей точки к стартовой линии. Результат определяется в целых сантиметрах с округлением в сторону уменьшения. Испытуемому предоставляются три попытки. В зачет идет лучший результат.

**ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ДЛЯ АБИТУРИЕНТОВ
НА БАЗЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

№ п/п	Вид испытания (тест)	Юноши					Девушки				
		Оценка в баллах									
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1.	Бег 60 м, (сек)	8,5	9,2	10,0	10,3	10,5	9,4	10,0	10,5	10,7	11,00
2.	Прыжок в длину с места, (см)	210	200	180	175	170	180	170	160	155	150
3.	Поднимание туловища из положения лежа на спине, (кол-во раз за 1 мин)	-	-	-	-	-	40	35	25	26	23
4.	Подтягивание на перекладине, (кол-во раз)	11	9	6	5	4	-	-	-	-	-

**ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ДЛЯ АБИТУРИЕНТОВ
НА БАЗЕ СРЕДНЕГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

№ п/п	Вид испытаний (тест)	Юноши					Девушки				
		Оценка в баллах									
		«5»	«4»	«3»	«2»	«1»	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
1.	Бег 100 м, (сек)	13,8	14,2	15,0	15,3	15,5	16,2	17,0	18,0	18,5	19,0
2.	Прыжок в длину с места, (см)	230	220	200	195	190	185	170	155	150	145
3.	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа на полу	-	-	-	-	-	20	15	10	8	1
4.	Подтягивание на перекладине, (кол-во раз)	14	11	8	6	5	-	-	-	-	-