

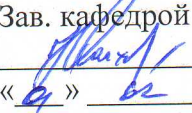
МИНОБРНАУКИ РОССИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Восточно-Сибирский государственный университет технологий и управления»

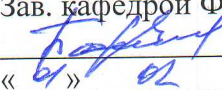
Технологический колледж

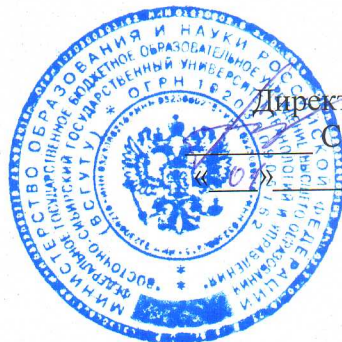
СОГЛАСОВАНО:

Зав. кафедрой ПЭЗЧС

 Ю.М. Ханхунов
« 01 » 02 2018 г.

Зав. кафедрой ФКиС:

 Г.Б. Барбаев
« 01 » 02 2018 г.



УТВЕРЖДАЮ:

Директор ТК ВСГУТУ

 С.Н. Сахаровский

« 02 » 02 2018 г.

ПРОГРАММА

вступительных испытаний по дисциплине «Физическая культура»
для специальности 20.02.02 «Защита в чрезвычайных ситуациях»
(очная форма обучения)

Улан-Удэ
2018

Программа вступительных испытаний по физической культуре в Технологический колледж Восточно-Сибирского государственного университета технологий и управления (далее – программа вступительных испытаний) разработана на основе примерной программы по физической культуре для основной общеобразовательной школы, разработанной Министерством образования и науки РФ с учетом требований к уровню физической подготовки выпускников общеобразовательных организаций.

Формой вступительного испытания по физической культуре является сдача нормативов.

Вступительное испытание по физической культуре проводится для абитуриентов, поступающих на специальность 20.02.02 «Защита в чрезвычайных ситуациях» очной формы обучения.

Цель программы: проверить уровень знаний, умений и навыков абитуриентов по физической культуре.

Задачи программы:

1. Выявить уровень физических способностей, необходимых для успешного освоения общеобразовательных и профессиональных компетенций по избранной специальности.
2. Помочь абитуриенту самостоятельно тренироваться для успешной сдачи контрольных нормативов.

Содержание экзаменационных контрольных нормативов определяется на основе следующих документов:

1. Федеральный закон от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации"
2. Приказ Минобрнауки России от 17 декабря 2010 года № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
3. Приказ Минобрнауки России от 6 октября 2009 года № 413 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования»
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 23 января 2014 г. N 36 "Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования"
5. Приказ от 30.12.2013 г. № 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».

1. Общие положения

Вступительное испытание проводится в один день в практической форме.

Вступительное испытание состоит из выполнения трех контрольных упражнений по определению уровня физической подготовленности.

Условия и способ выполнения контрольных упражнений определяются экзаменационной комиссией и проводятся в соответствии с официальными правилами соревнований по видам спорта.

Абитуриенты, которые не смогли явиться на вступительное испытание по уважительным причинам (болезнь или другие непредвиденные подтвержденные документально обстоятельства, препятствующие участию в вступительном испытании), а также получившие травму во время их выполнения (подтвержденную документально), по решению приемной комиссии Технологического колледжа ВСГУТУ допускаются к их сдаче в пределах сроков, определенных расписанием вступительных испытаний.

Абитуриенты, не явившиеся на вступительное испытание (по любому виду и программе испытания) без уважительных причин, а также забравшие документы после начала вступительного испытания, к дальнейшим испытаниям не допускаются, выбывают из конкурса и не зачисляются в число студентов. Повторное участие в соответствующем вступительном испытании не разрешается.

На вступительном испытании по физической культуре поступающий должен показать:

- степень общей и специальной физической подготовленности;
- положительный результат в каждом виде программы.

2. Организационно-методические указания по проведению вступительного испытания по физической культуре

Организация вступительного испытания обеспечивается в соответствии с правилами безопасности проведения занятий физической культурой и спортом. На вступительном испытании обязательно присутствует медицинский работник.

Состав экзаменационной комиссии определяется Председателем приемной комиссии технологического колледжа ВСГУТУ.

Перед началом вступительного испытания абитуриентам сообщаются правила и порядок сдачи вступительных испытаний, их права и обязанности.

Практическая форма проведения вступительного испытания включает следующие виды физической подготовки:

- для юношей — бег 100 м, бег 1000 м, подтягивание из виса на высокой перекладине (подтягивание);
- для девушек — бег 100 м, бег 800 м, сгибание и разгибание рук упора лежа на полу (количество раз), в результате которых оценивается уровень развития физических качеств, степень владения двигательными умениями и навыками.

Процедура выполнения контрольных нормативов оформляется сводным протоколом, в котором включены все виды программы. В нем фиксируются результаты выполнения абитуриентом заданий.

Для выполнения норматива предоставляется одна попытка, в отдельных случаях (при срыве, падении и т.п.) председатель экзаменационной комиссии может разрешить кандидату выполнить норматив повторно.

Повторное выполнение норматива с целью его улучшения не допускается.

3. Критерии оценивания вступительного испытания по физической культуре

Оценивание вступительного испытания по физической культуре проводится согласно критерий контрольных нормативов.

Критерии оценки выполнения контрольных нормативов

Наименование норматива	Единица измерения	Значение норматива	
		Юноши	Девушки
Бег 100 м	сек	15,00	18,00
Бег 1000 м (юноши)	мин, сек	4,40	-
Бег 800 м (девушки)	мин, сек	-	5,00
Подтягивание на перекладине	количество раз	6	-
Сгибание и разгибание рук упора лежа на полу	количество раз	-	7

Упражнение считается **невыполненным** и не засчитывается при невыполнении нормативов хотя бы одного из трех указанных упражнений.

Выполнения минимума по критериям оценивания, подтверждает успешное прохождение вступительного испытания по физической культуре в виде практического выполнения нормативов.

4. Описание выполнения контрольных нормативов

Описание способа выполнения контрольных нормативов:

1. **Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши)** выполняется на гимнастической перекладине из исходного положения "вис хватом сверху". Каждому участнику предоставляется одна попытка. Во время выполнения упражнения не допускаются сгибания туловища и ног в коленных суставах, движения ногами, рывки, махи и раскачивания, перехваты рук. Подтягивание засчитывается, если подбородок абитуриента находится выше уровня перекладины, а при опускании руки полностью выпрямляются в локтевых суставах. Подсчитывается количества раз выполнения упражнения.

2. **Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки, раз)**, выполняется из исходного положения - упор, лежа на полу, руки на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук.

3. **Бег 100 метров** проводится по прямой беговой дорожке стадиона. В забеге участвуют не более пяти человек. Допускается использование высокого или низкого старта. Участник, нарушивший правила соревнований в беге, снимается с забега и ему в протокол выполнения контрольных упражнений выставляется «0» баллов.

4. **Бег 800м, 1000 метров.** Бег выполняется на беговой дорожке стадиона с высокого старта. Участникам, нарушившим правила соревнований в беге, а также не финишировавшим, в протокол выполнения контрольных упражнений выставляется «0» баллов.

Во время бега по дистанции запрещается толкать соперников, резко менять направление движения для смены дорожки, обгонять соперников по внутреннему кругу. За несоблюдение этих правил абитуриент снимается с дистанции и ему выставляется неудовлетворительная оценка.

5. Обязанности абитуриента

Вступительное испытание организуется и проводится в гимнастическом и спортивном залах кафедры физической культуры и спорта ВСГУТУ, по легкой атлетике — на стадионе ВСГУТУ.

На вступительном испытании по физической культуре абитуриенту необходимо иметь при себе спортивную форму, сменную спортивную обувь, в зависимости от погодных условий дополнительно иметь воду (до 1,5 л), головной убор.

Во время проведения вступительного испытания, экзаменующиеся должны соблюдать следующие правила поведения:

- являться на вступительное испытание за 30 минут до его начала (в соответствии с расписанием вступительных испытаний);
- предъявить пропуск по прибытии к месту проведения вступительного испытания;
- выполнять все команды преподавателя-экзаменатора;
- быть дисциплинированным;
- находится в составе своей группы;
- соблюдать тишину;
- работать самостоятельно;
- запрещается использовать какое-либо оборудование (снаряды, инвентарь, счетчики времени, мобильные средства связи 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 сдачи норматива;
- не покидать пределов территории, которая установлена приемной комиссией для

проведения вступительного испытания.

За нарушение абитуриент удаляется с вступительного испытания с проставлением незачета за выполненную работу независимо от числа правильно выполненных упражнений, о чем составляется акт, утверждаемый приемной комиссией.

В случае опоздания на вступительное испытание абитуриент должен предупредить членов экзаменационной комиссии о причинах задержки. Абитуриенты, не явившиеся на вступительное испытание (по любому виду спортивного задания) без уважительных причин, а также забравшие документы после начала вступительного испытания, к дальнейшим испытаниям не допускаются, выбывают из конкурса и не зачисляются в число студентов. Повторное участие в соответствующем вступительном испытании не разрешается.

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

ПРИМЕЧАНИЕ: абитуриент допускается до сдачи вступительного испытания по физической культуре только при наличии ПРОПУСКА (выдается при подаче документов в приемную комиссию), документа, удостоверяющего личность (паспорт).

6. Права абитуриента

При сдаче вступительного испытания по физической культуре абитуриент имеет право:

- в случае спорных моментов апеллировать к Председателю апелляционной комиссии письменно с подробным изложением факта, вызывающего, по мнению абитуриента, сомнение в правильности его оценки со стороны экзаменатора;
- в случае болезни перед началом вступительного испытания, если оно подтверждается соответствующим медицинским документом, или во время вступительного испытания абитуриент освобождается от вступительного испытания или его дальнейшей сдачи на период болезни до выздоровления, но до окончания проведения вступительного испытания, установленных Правилами приема.
- самостоятельно изучать теоретический материал и проводить разминку перед сдачей вступительного испытания;
- в случае ухудшения здоровья во время сдачи вступительного испытания получить необходимую медицинскую помощь.