

#### **4.Порядок проведения и критерии оценки вступительного испытания профессиональной направленности по дисциплине «Физическая культура»**

4.1. К вступительным испытаниям по дисциплине «Физическая культура» допускаются абитуриенты, не имеющие противопоказаний и ограничений к занятиям физической культурой и спортом.

4.2. Вступительные испытания по физической культуре проводятся в один день, согласно утвержденному графику и включают в себя контрольные упражнения по определению уровня физической подготовленности.

4.3. Практическая форма проведения вступительного испытания предусматривает выполнение абитуриентами нормативов по следующим видам физической подготовки:

##### **Легкая атлетика:**

- Бег 100 м. (сек.);
- Бег (кросс) на 1000 м. (сек.);
- Прыжок в длину с места (сек.).

1) **Упражнение «Бег на 100 м».** Предназначено для определения скоростных способностей. Выполняется из положения высокого (или низкого) старта. В забеге принимают участие не менее двух человек. Время определяется по секундомеру с точностью до 0,01 с.

2) **Упражнение «Бег (кросс) на 1000 м».** Выполняется в группе. Начинается из неподвижного стартового положения. Засчитывается при условии преодоления всего установленного маршрута. При беге запрещается переходить на шаг, принимать помощь со стороны, препятствовать обгону или бегу других участников, предпринимать попытки сократить (срезать) дистанцию.

3) **Упражнение «Прыжок в длину с места».** Предназначено для определения скоростных-силовых способностей. Проводится на специально размеченном месте. Перпендикулярно линии старта закрепляют сантиметровую ленту (рулетку). Участник встает перед линией старта (не касаясь ее носками). Прыжок выполняется активным махом рук вперед-вверх и толчком обеих ног. Дальность прыжка измеряется от линии старта до пятки сзади стоящей ноги с точностью до 1 см. Каждому участнику предоставляется по три попытки. В протокол заносится результат лучшей попытки.

4) **Упражнение «Подтягивание из виса на перекладине (юноши).** Предназначено для определения силы и силовой выносливости мышц рук. Показатель силы - количество подтягиваний. Юноши выполняют подтягивание из виса хватом сверху (ладони от себя) на высокой перекладине (ноги не касаются опоры). В конце выполнения упражнения объявляется количество правильно выполненных попыток и заносится в протокол.

5) **Упражнение «Сгибание и разгибание рук в упоре "лежа" (девушки)».** Предназначено для определения силы и силовой выносливости мышц рук. Исходное положение - лежа на полу, руки согнуты, кисти на ширине плеч, туловище прямое, носки касаются пола. Количество правильно выполненных отжиманий фиксируется в протоколе.

**4.4.1 Таблица оценки результатов поступающих на специальности  
20.02.04 "Пожарная безопасность", 20.02.02 "Защита в чрезвычайных  
ситуациях".**

Юноши						Девушки			
Балл	Прыжок в длину с места,	Подтягивание на	Бег 100 м	Бег 1000 м	Бег 1000 м	Прыжок в длину с места, см	Сгибание и сгибание рук в упоре	Бег 100м	Бег 500 м
100	2.59	27	13.20	3.10.70	3.06.47	1.94		15.98	1.52.8
99	2.58	26	13.22	3.11.46	3.06.76	1.93		16.00	1.53.0
98	2.57	25	13.24	3.12.10	3.07.05	1.92		16.01	1.53.1
97	2.56	24	13.26	3.12.88	3.07.34	1.91		16.02	1.53.3
96	2.55	23	13.28	3.13.50	3.07.64	1.90		16.04	1.53.5
95	2.54	22	13.30	3.14.20	3.07.94	1.89		16.05	1.53.6
94	2.53	21	13.32	3.14.90	3.08.24	1.88		16.06	1.53.8
93	2.52	20	13.34	3.15.60	3.08.54	1.87		16.07	1.53.9
92	2.51	19	13.36	3.16.30	3.08.85	1.86		16.09	1.54.1
91	2.50	18	13.38	3.17.00	3.09.15	1.85		16.10	1.54.3
90	2.49	17	13.40	3.17.70	3.09.47	1.84		16.11	1.54.4
89	2.48	16	13.42	3.18.40	3.09.78	1.83		16.13	1.54.6
88	2.47	15	13.44	3.19.10	3.10.09	1.82		16.14	1.54.8
87	2.46	14	13.46	3.19.80	3.10.41	1.81		16.16	1.54.9
86	2.45	13	13.48	3.20.00	3.10.74	1.80	25	16.71	1.55.1
85	2.44		13.50	3.20.70	3.11	1.79		16.18	1.55.3
84	2.43		13.52	3.21.43	3.11.39	1.78		16.20	1.55.5
83	2.42		13.54	3.22.10	3.11.72	1.77		16.21	1.55.6
82	2.41		13.56	3.22.88	3.12.05	1.76		16.22	1.55.8
81	2.40		13.58	3.23.50	3.12.39	1.75		16.24	1.56.0
80	2.39		13.60	3.24.20	3.12.73	1.74		16.25	1.56.2
79	2.38		13.62	3.24.90	3.13.07	1.73		16.27	1.56.3
78	2.37		13.64	3.25.60	3.13.41	1.72		16.28	1.56.5
77	2.36		13.66	3.26.30	3.13.76	1.71		16.29	1.56.7
76	2.35		13.68	3.27.00	3.14.12	1.70		16.31	1.56.9
75	2.34		13.70	3.27.70	3.14.47	1.69		16.32	1.57.1
74	2.33		13.72	3.28.40	3.14.83	1.68		16.34	1.57.3
73	2.32		13.74	3.29.10	3.15.19	1.67		16.35	1.57.4
72	2.31		13.76	3.29.80	3.15.56	1.66		16.37	1.57.6
71	2.30	11	13.78	3.30.00	3.15.93	1.638	20	16.38	1.57.8
70	2.29		13.80	3.30.70	3.16.30	1.64		16.40	1.58.0
69	2.28		13.82	3.31.46	3.16.68	1.63		16.41	1.58.2
68	2.27		13.84	3.32.10	3.17.06	1.62		16.42	1.58.4
67	2.26		13.86	3.32.88	3.17.44	1.61		16.44	1.58.6
66	2.25		13.88	3.33.50	3.17.83	1.60		16.45	1.58.8
65	2.24		13.90	3.34.20	3.18.23	1.59		16.47	1.59.0
64	2.23		13.92	3.34.90	3.18.62	1.58		16.48	1.59.2
63	2.22		13.94	3.35.60	3.19.02	1.57		16.50	1.59.4
62	2.21		13.96	3.36.30	3.19.43	1.56		16.51	1.59.6
61	2.20		13.98	3.37.00	3.19.84	1.55		16.53	1.59.8
60	2.19		14.00	3.37.70	3.20.25	1.54		16.54	2.00.0
59	2.18		14.02	3.38.40	3.20.67	1.53		16.56	2.00.2
58	2.17		14.04	3.39.10	3.21.10	1.52		16.58	2.00.4
57	2.16		14.06	3.39.80	3.21.52	1.51		16.59	2.00.7
<b>56</b>	<b>2.15</b>	<b>9</b>	<b>14.08</b>	<b>3.40.00</b>	<b>3.21.96</b>	<b>1.50</b>	<b>15</b>	<b>16.61</b>	<b>2.00.9</b>
55	2.14		14.10	3.40.70	3.22.40	1.49		16.62	2.01.1
54	2.13		14.12	3.41.46	3.22.84	1.48		16.64	2.01.3
53	2.12		14.14	3.42.10	3.23.29	1.47		16.65	2.01.5
52	2.11		14.16	3.42.88	3.23.74	1.46		16.67	2.01.8
51	2.10		14.18	3.43.50	3.24.20	1.45		16.68	2.02.0

50	2.09		14.20	3.44.20	3.24.67	1.44		16.70	2.02.2
49	2.08		14.22	3.44.90	3.25.14	1.43		16.72	2.02.4
48	2.07		14.24	3.45.60	3.25.62	1.42		16.73	2.02.7
47	2.06		14.26	3.46.30	3.26.30	1.41		16.75	2.02.9
46	2.05		14.28	3.47.00	3.26.59	1.40		16.77	2.03.2
45	2.04		14.30	3.47.70	3.27.09	1.39		16.78	2.03.4
44	2.03		14.32	3.48.40	3.27.59	1.38		16.80	2.03.6
43	2.02		14.32	3.49.10	3.28.10	1.37		16.81	2.03.9
42	2.01		14.36	3.49.80	3.28.62	1.36		16.83	2.04.1
41	2.00		14.38	3.50.00	3.29.14	1.35		16.85	2.04.4
40	1.99		14.40	3.50.70	3.29.67	1.34		16.88	2.04.6
39	1.98		14.42	3.51.46	3.30.21	1.33		16.90	2.04.9
38	1.97			3.52.10	3.30.76	1.32		16.92	2.05.2
37	1.96			3.52.88	3.31.31	1.31		16.93	2.05.4
36	1.95			3.53.50	3.31.88	1.30		16.95	2.05.7
35	1.94			3.54.20	3.32.45	1.29		16.97	2.06.0
34	1.93			3.54.90	3.33.03	1.28		16.98	2.06.3
33	1.92			3.55.60	3.33.62	1.27		17.00	2.06.5
32	1.91			3.56.30	3.34.22	1.26		17.02	2.06.8
31	1.90			3.57.00	3.34.83	1.25		17.04	2.07.1
30	1.89		15.00	3.57.70	3.35.45	1.24		17.05	2.07.4
29	1.88			3.58.40	3.36.08	1.23		17.07	2.07.7
28	1.87			3.59.10	3.36.73	1.22		17.09	2.08.0
27	1.86			3.59.80	3.37.38	1.21		17.11	2.08.3
26	1.85			4.00.00	3.38.04	1.20		17.13	2.08.6
25	1.84			4.02.39	3.38.72	1.19		17.14	2.08.9
24	1.83			4.02.68	3.39.41	1.18		17.16	2.09.2
23	1.82				3.40.12	1.17		17.18	2.09.6
22	1.81				3.40.84	1.16		17.20	2.09.9
21	1.80				3.41.58	1.15		17.22	2.10.2
20	1.79				3.42.33	1.14		17.24	2.10.6
19	1.78				3.43.09	1.13		17.25	2.10.9
18	1.77				3.43.88	1.12		17.27	2.10.3
17	1.76				3.44.68	1.11			2.11.7
16	1.75				3.45.51	1.10			2.12.0
15	1.74				3.46.35	1.09			2.12.4.
14	1.73				3.47.22	1.08			2.12.8
13	1.72				3.48.12	1.07			2.13.2
12	1.71				3.49.04	1.06			2.13.7
11	1.70				3.49.99	1.05			2.14.3
10	1.69				3.50.97	1.04			2.14.5
9	1.68				3.51.99	1.03			2.15.0
8	1.67				3.53.04	1.02			2.15.5
7	1.66				3.53.14	1.01			2.16.3
6	1.65				3.55.29	1.00			2.16.6
5	1.64				3.56.50	99			2.17.3
4	1.63				3.57.79	98			2.17.6
3	1.62				3.59.17	97			2.18.3
2	1.61				4.00.68	96			2.18.5
1	1.60				4.02.39	95			2.19.8