



Государственное автономное профессиональное образовательное учреждение  
Астраханской области  
«Астраханский социально-педагогический колледж»  
(ГАПОУ АО «АСПК»)



А.Л. Хаченьян

ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

Программа вступительных испытаний  
по специальности 49.02.01 Физическая культура  
для поступающих на базе основного общего  
и среднего общего образования  
государственного автономного профессионального  
образовательного учреждения Астраханской области  
«Астраханский социально-педагогический колледж»  
на 2017-2018 учебный год

Рассмотрено и утверждено  
Советом ГАПОУ АО «АСПК»  
протоколом от 06.12.2016 № 4

**Программа вступительных испытаний  
по специальности 49.02.01 «Физическая культура»  
для поступающих на базе основного общего  
и среднего общего образования  
государственного автономного профессионального  
образовательного учреждения Астраханской области  
«Астраханский социально-педагогический колледж»  
(ГАПОУ АО «АСПК») на 2017–2018 учебный год**

Цель вступительного испытания – выявить наличие у поступающих физических и двигательных качеств, необходимых для обучения по образовательной программе «Физическая культура».

**Условия приёма**

К вступительным испытаниям допускаются поступающие, не имеющие медицинских противопоказаний и ограничений к занятиям физической культурой и спортом.

**Виды вступительных испытаний и требования к уровню физической  
подготовки поступающих.**

**ГИМНАСТИКА**

| Юноши                |        |                  | Девушки                                |        |               |
|----------------------|--------|------------------|--|--------|---------------|
| Подтягивание из виса |        |                  | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа |        |               |
| 9 кл.                | 11 кл. | Кол-во<br>баллов | 9 кл                                   | 11 кл. | Кол-во баллов |
| 9-10                 | 11-12  | 75-100           | 13-15                                  | 10-13  | 75-100        |
| 7-8                  | 9-10   | 50-74            | 10-12                                  | 8-10   | 50-74         |
| 3-6                  | 5-8    | 31-49            | 7-9                                    | 6-7    | 31-49         |

Наклон вперед из положения стоя с захватом *(виды оцениваются в соответствии с требованиями к технике выполнения и гимнастического стиля)*

Наклон вперед из положения сидя *(виды оцениваются в соответствии с требованиями к технике выполнения и гимнастического стиля)*

Акробатическое упражнение *(виды оцениваются в соответствии с требованиями к технике выполнения и гимнастического стиля)*.

Два кувырка вперед и прыжок вверх с поворотом кругом *(виды оцениваются в соответствии с требованиями к технике выполнения и гимнастического стиля)*.

## ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

| Юноши         |        |               | Девушки |        |               |
|---------------|--------|---------------|---------|--------|---------------|
| Бег 60 метров |        |               |         |        |               |
| 9 кл.         | 11 кл. | Кол-во баллов | 9 кл.   | 11 кл. | Кол-во баллов |
| 8,5           | 8,3    | 75-100        | 9,5     | 9,3    | 75-100        |
| 8,7           | 8,5    | 50-74         | 9,7     | 9,5    | 50-74         |
| 8,9           | 8,7    | 31-49         | 9,9     | 9,7    | 31-49         |

| Юноши           |        |               | Девушки        |        |               |
|-----------------|--------|---------------|----------------|--------|---------------|
| Бег 1000 метров |        |               | Бег 500 метров |        |               |
| 9 кл.           | 11 кл. | Кол-во баллов | 9 кл.          | 11 кл. | Кол-во баллов |
| 3.20,0          | 3.15,0 | 75-100        | 1.40,0         | 1.35,0 | 75-100        |
| 3.30,0          | 3.20,0 | 50-74         | 1.50,0         | 1.45,0 | 50-74         |
| 3.40,0          | 3.30,0 | 31-49         | 2.00,0         | 1.55,0 | 31-49         |

| Прыжки в длину с места |        |               |         |        |               |
|------------------------|--------|---------------|---------|--------|---------------|
| Юноши                  |        |               | Девушки |        |               |
| 9 кл.                  | 11 кл. | Кол-во баллов | 9 кл.   | 11 кл. | Кол-во баллов |
| 220 см                 | 240 см | 75-100        | 190 см  | 220 см | 75-100        |
| 200 см                 | 220 см | 50-74         | 170 см  | 180 см | 50-74         |
| 180 см                 | 190 см | 31-49         | 150 см  | 160 см | 31-49         |

Поступающие должны выполнить нормативы по практическим разделам программы предмета «Физическая культура»: гимнастика и легкая атлетика. Результаты, показанные поступающими в каждом виде испытаний, учитываются в баллах.

Результаты: 0 до 30 баллов – «не зачтено»,  
31 до 100 баллов – «зачтено».

Поступающий допускается к следующему виду испытаний независимо от количества набранных баллов в предыдущем вступительном испытании.

Результаты, показанные поступающими в каждом виде испытаний суммируются и выводится средний показатель в баллах.

В случае неявки (без уважительной причины) на один из видов вступительных испытаний поступающий не допускается к дальнейшему выполнению требований и исключается из числа претендентов.

В один день может проводиться только одно вступительное испытание.

Перед началом вступительных испытаний для поступающих проводятся консультации по содержанию программы вступительного испытания, по предъявляемым требованиям, критериям оценки, технологии проведения вступительного испытания.

Поступающие допускаются к выполнению нормативов по специальным дисциплинам только в спортивной форме (спортивные шорты, футболка, спортивная обувь).