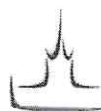


ЧАСТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«МОСКОВСКИЙ ГОРОДСКОЙ ОТКРЫТЫЙ КОЛЛЕДЖ»



МОСКОВСКИЙ
ГОРОДСКОЙ ОТКРЫТЫЙ КОЛЛЕДЖ

УТВЕРЖДЕНО
Директор ЧПОУ

«Московский городской открытый
колледж»



[Signature] О.А. Семенова

от «*10*» *августа* 2020 г.

ПРОГРАММА
ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ПО СПЕЦИАЛЬНОСТИ
49.02.01 «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

СОГЛАСОВАННО

Предметно (цикловой) комиссией
профессионального цикла по
специальности «Физическая культура»

Протокол № 5 от «10» августа 2019 г.

Москва, 2020

Вступительное испытание по специальности 49.02.01 «Физическая культура» проводится в соответствии с Правилами приема в ЧПОУ «Московский городской открытый колледж» с целью определения возможности поступающих осваивать соответствующие основные профессиональные образовательные программы среднего профессионального образования, определения у поступающих определенных физических качеств.

Успешное прохождение вступительных испытаний подтверждает наличие у поступающих определенных физических качеств, необходимых для обучения по специальности 49.02.01 «Физическая культура».

Содержание вступительных испытаний и нормативные требования учитывают возраст абитуриентов и соответствуют требованиям Комплексной программы Физического воспитания учащихся 1-11 классов.

Перед вступительными испытаниями проводится консультация по содержанию, предъявляемым требованиям, технологии проведения вступительного испытания, инструктаж по технике безопасности и т.п.

Абитуриенты сдают экзамен по легкой атлетике.

Необходимо иметь при себе:

- Спортивная одежда;
- Спортивная обувь.

Форма проведения:

Физические испытания.

Описание заданий:

- Подтягивания на перекладине(юноши)/отжимания из упора лежа(девушки) (кол-во раз).

- Прыжок в длину с места (см).
- Подъем туловища за 30 сек (кол-во раз) из положения «лёжа».
- Прыжки со скакалкой за 1 минуту (кол-во раз)

Результаты вступительных испытаний оцениваются по стобальной шкале:

«2» - менее 25 баллов

«3» - от 25 до 40 баллов

«4» - от 41 до 70 баллов

«5» - от 71 до 100 баллов.

Критерии оценки задания (юноши):

Баллы	Прыжок в длину с места (см)	Подтягивание на перекладине (кол-во раз)	Подъем туловища за 30 сек. (раз)	Прыжки со скалкой за 1 минуту (кол-во раз)
25	240	16	35	150
24	239	-	-	149
23	238	15	34	148
22	237	-	-	147
21	236	14	33	146
20	235	-	-	145
19	234	13	32	144
18	233	-	-	143
17	232	12	31	142
16	231	-	-	141
15	230	11	30	140
14	229	-	-	138
13	228	10	29	136
12	226	-	-	134
11	224	9	28	132
10	222	-	-	130
9	220	8	27	128
8	218	-	-	126
7	215	7	26	124
6	212	-	-	122
5	209	6	25	120
4	206	-	-	118
3	203	5	24	116
2	200	-	-	114
1	195	4	23	112

Критерии оценки задания (девушки):

Баллы	Прыжок в длину с места (см)	Отжимания из упора лежа (кол-во раз)	Подъем туловища за 30 сек. (раз)	Прыжки со скалкой за 1 минуту (кол-во раз)
25	200	30	32	160
24	199	29	-	159
23	198	28	31	158
22	197	27	-	157
21	196	26	30	156
20	195	25	-	155
19	194	24	29	154
18	193	23	-	153
17	192	22	28	152
16	191	21	-	151
15	190	20	27	150
14	189	19	-	148
13	188	18	26	146
12	187	17	-	144
11	186	16	25	142
10	185	-	-	140
9	184	15	24	138
8	183	-	-	136
7	182	14	23	134
6	181	-	-	132
5	180	13	22	130
4	179	-	-	128
3	178	12	21	126
2	177	-	-	124
1	176	10	20	122