

МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РЕСПУБЛИКИ КРЫМ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ «КРЫМСКОЕ СРЕДНЕЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ УЧИЛИЩЕ (ТЕХНИКУМ)
ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА»

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор ГБПОУ «КСПУОР»

_____ О.В.Голинач

« ____ » _____ 2012 г.

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ДЛЯ
АБИТУРИЕНТОВ, ПОСТУПАЮЩИХ В ГБПОУ «КСПУОР»

для получения среднего профессионального образования по специальности
49.02.01 «Физическая культура» с присвоением квалификации –
педагог по физической культуре и спорту

с. Краснолесье, 2021 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Основным заданием отделений по видам спорта училища является подготовка спортсменов высокой квалификации, резерва сборных команд Республики Крым и Российской Федерации. Вступительные испытания по физической подготовке разработаны специалистами спортивного отдела совместно с тренерско-преподавательским составом ГБПОУ «КСПУОР» на основании федеральных стандартов спортивной подготовки по видам спорта и предусматривают определение уровня физической подготовки абитуриента, его потенциальные возможности, на базе которых можно достичь высоких спортивных результатов.

Лица, которые поступают на 1 или 3 курс училища, сдают вступительные испытания по общей и специальной физической подготовке. Вступительные испытания составлены с учетом специфики вида спорта и отличаются по содержанию и требованиям. Результаты испытаний оцениваются по 5-бальной шкале. Итоговая оценка является результатом суммы баллов 4-х испытаний и должна быть не ниже 18 баллов. Прием вступительных испытаний проводится в течение 1 дня. Передача вступительных испытаний запрещена.

К вступительным испытаниям допускаются абитуриенты, имеющие спортивный разряд не ниже «2 спортивный» и I юношеский разряд по игровым видам спорта.

ПЕРЕЧЕНЬ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ПО ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Оценка уровня общей и специальной физической подготовки поступающих

1. Специализация ФУТБОЛ

юноши 15-16 лет

балл	Бег 30м (с)	Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за ГОЛОВЫ, м	Прыжок в длину с места, см	игра
5	4,4	8,0	230	5
4	4,6	7,50	225	4
3	4,7	7,0	220	3
2	4,9	6,50	215	2
1	5,1	6,0	210	1

2. Специализация БОКС

Юноши, девушки 15-16 лет

балл	Бег 30м (с)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		Подтягивание на перекладине		спарринг
	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	
5	4,6	5,0	45	18	12	20	5
4	4,7	5,1	44	17	11	19	4
3	4,8	5,2	43	16	10	18	3
2	4,9	5,3	42	15	9	17	2
1	5,0	5,4	40	14	8	16	1

Юноши, девушки 17-18 лет

балл	Бег 30м (с)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа		Подтягивание на перекладине		спарринг
	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	
5	4,4	4,8	55	28	18	16	5
4	4,5	4,9	54	27	16	15	4
3	4,6	5,0	53	26	15	14	3
2	4,7	5,1	52	25	14	13	2
1	4,8	5,2	50	24	12	12	1

3. Специализация СПОРТИВНАЯ БОРЬБА

Юноши, девушки 15-16 лет

балл	Бег 30 м, с		Подъем туловища, лежа на спине, за 20 с		Подтягивание на перекладине за 20 с		Контрольная схватка
	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	
5	5,0	5,2	14	12	8	7	5
4	5,1	5,3	12	11	7	6	4
3	5,2	5,4	10	10	6	5	3
2	5,3	5,5	8	8	5	4	2
1	5,4	5,6	6	6	4	3	1

Юноши, девушки 17-18 лет

балл	Бег 30 м, с		Подъем туловища, лежа на спине, за 20 с		Подтягивание на перекладине за 20 с		Контрольная схватка
	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	
5	4,6	4,8	17	15	12	11	5
4	4,7	4,9	16	14	11	10	4
3	4,8	5,0	15	13	10	9	3
2	4,9	5,1	14	12	9	8	2
1	5,0	5,2	13	11	8	7	1

4. Специализация ДЗЮДО

ЮНОШИ 15-16 ЛЕТ				
№	Контрольные испытания	Количество баллов		
		5	4	3
1	Подтягивание на перекладине	25	22	18
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	60	55	50
3	Подвороты на резине за 1 мин	60	55	45
4	Бег 1000 м	3,20 мин	3,30 мин	3,40 мин
5	Рандори	Технико-тактическая подготовка (демонстрация в учебных схватках)		
6	Зачетные требования по КАТА	2 КЮ и выше		

ДЕВУШКИ 15-16 лет				
№	Контрольные испытания	Количество баллов		
		5	4	3
1	Подтягивание на перекладине	12	10	8
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	40	35	30
3	Подвороты на резине за 1 мин	60	55	45
4	Бег 1000 м	3,30 мин	3,40 мин	3,50 мин
5	Рандори	Технико-тактическая подготовка (демонстрация в учебных схватках)		
6	Зачетные требования по КАТА	2 КЮ и выше		

5. Специализация ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

юноши 15-16 лет

балл	Бег 60 м, с	Бег 1000м	Прыжок в длину с/м, см	Подтягивание на перекладине
5	8,0	2.50,0	220	12
4	8,2	2.55,0	215	11
3	8,4	3.00,0	210	10
2	8,6	3.05,0	205	9
1	8,8	3.10,0	200	8

девушки 15-16 лет

балл	Бег 60 м, с	Бег 1000м	Прыжок в длину с/м, см	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
5	8,7	3.21,0	210	20
4	8,8	3.26,0	205	18
3	8,9	3.31,0	200	16
2	9,0	3.36,0	195	14
1	9,1	3.40,0	190	12

6. Специализация ТЯЖЕЛАЯ АТЛЕТИКА

юноши 15-16 лет

балл	Поднимание туловища за 30 с		Вис на перекладине с согнутыми руками, с		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа за 10 сек		Прыжок в длину с места	
	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.	Юн.	Дев.
5	19	18	24,0	22,0	10	10	220	200
4	18	17	22,0	20,0	9	9	215	195
3	17	16	20,0	18,0	8	8	210	190
2	16	15	18,0	16,0	7	7	205	185
1	15	14	16,0	14,0	6	6	200	180

7. ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ КОНТИНГЕНТ

юноши 15-16 лет

балл	Бег 60 м, с	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Прыжок в длину с/м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
5	8,6	55	230	30
4	8,8	53	225	28
3	9,0	51	220	26
2	9,2	49	215	24
1	9,4	47	210	22

Девушки 15-16 лет

балл	Бег 60 м, с	Поднимание туловища из положения лежа на спине	Прыжок в длину с/м	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа
5	9,2	45	200	25
4	9,4	40	195	23
3	9,6	35	190	21
2	9,8	30	185	19
1	10,0	25	180	17