




Министерство образования и науки Челябинской области  
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
**«Челябинский профессиональный колледж»**  
(ГБПОУ «ЧелПК»)

Принято для утверждения  
На заседании Совета Учреждения  
Протокол №  
« 48 » 28.02 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ  
«Челябинский профессиональный колледж»  
 Е.Г. Василяускене  
Приказ № 01-133 от 25.03.2024  
Регистрационный № 98

Программа вступительных испытаний  
Физическое испытание  
на 2024 – 2025 учебный год  
по специальностям  
20.02.02 "Защита в чрезвычайных ситуациях"  
20.02.04 "Пожарная безопасность"

## 1. Правила проведения вступительных испытаний

При приеме в ГБПОУ «Челябинский профессиональный колледж» для обучения по специальностям:

- 20.02.02 "Защита в чрезвычайных ситуациях";
- 20.02.04 "Пожарная безопасность".

проводятся вступительные испытания, требующие у поступающих наличия определенных физических и (или) психологических качеств. Вступительные испытания проводятся в форме сдачи нормативов: бег на 1000 м, прыжки в длину и подтягивание.

Вступительное испытание оформляется протоколом, в котором фиксируется результат выполнения контрольных нормативов.

Повторная сдача вступительного испытания при получении неудовлетворительного результата не допускается.

Лица, получившие на вступительных испытаниях неудовлетворительный результат, выбывают из списка рассматриваемых к зачислению на данную специальность.

Формула расчета балла абитуриента, частично не прошедшего испытания:  $\text{средний балл аттестата} + \text{ОБЖ} + (0,3/0,6)$ .

0,3 - одно испытание, 0,6 - два испытания.

Лица, не явившиеся на вступительное испытание, по уважительной причине (болезнь или иные обстоятельства, подтвержденные документально), допускаются к ним в параллельных группах на следующем этапе сдачи вступительных испытаний или индивидуально в период до их полного завершения.

Утвержденное расписание вступительных испытаний (предмет, дата, время, место проведения экзамена) доводится до сведения абитуриентов приемной комиссией.

Расписание вступительных испытаний доводится персонально до каждого абитуриента в приемной комиссии. Факт ознакомления с расписанием подтверждается личной подписью абитуриента в экзаменационном листе, который абитуриент получает в приемной комиссии

при оформлении личного дела. В экзаменационном листе указываются предмет, место и дата сдачи вступительных испытаний.

К экзамену допускаются абитуриенты, прошедшие медицинскую комиссию.

В день вступительного испытания абитуриент обязан:

- ✓ явиться за 15 минут до его начала;
- ✓ иметь при себе паспорт, экзаменационный лист;
- ✓ иметь при себе спортивную форму для занятий на открытой площадке. Паспорт и экзаменационный лист являются пропуском на вступительное испытание.

Во время проведения вступительного испытания абитуриенты обязаны соблюдать следующие правила поведения:

- ✓ являться в место проведения испытаний, указанное в экзаменационном листе;
- ✓ соблюдать правила прохождения вступительного испытания;
- ✓ не покидать пределов территории, которая установлена приемной комиссией для проведения вступительного испытания;
- ✓ находиться в спортивной форме одежды (спортивный костюм, кроссовки);
- ✓ знать правила выполнения сдаваемых нормативов.

За нарушение правил поведения абитуриент может быть удален со вступительного испытания с составлением акта об удалении и проставлением результата «не прошел испытание», о чем делается запись в протоколе.

Абитуриенты, не согласные с результатом вступительного испытания имеют право на апелляцию.

Язык проведения вступительных испытаний – русский.

На вступительных испытаниях должна быть обеспечена спокойная и доброжелательная обстановка.

## **2. Правила выполнения вступительного испытания**

### **Бег на дистанцию 1000 м**

Выполняется на ровном прямом участке или на стадионе с низкого (высокого) старта, в составе группы. Перед началом бега участники располагаются в 2-3 метрах от линии старта. По команде «НА СТАРТ» бегуны занимают исходное положение так, чтобы одна нога находилась у стартовой линии, не наступая на нее, а другая была бы отставлена на полшага назад. По команде «МАРШ» бегун активно выталкивается и начинает бег, стремясь занять выгодную позицию.

Бег проводится по общей дорожке, каждый участник должен двигаться так, чтобы не мешать другим участникам. Обходить соперника нужно справа от него. Участник, обгоняющий бегущего впереди, не должен толкать его, наваливаться на него туловищем или пересекать ему путь. Абитуриент, бегущий впереди, не должен толкать обгоняющего или каким-либо путем задерживать его продвижение.

Абитуриент считается выбывшим (сошедшим с дистанции), если он покинул дорожку, т.е. перешел за внутреннюю или внешнюю границу беговой дорожки.

Запрещены попытки сокращения дистанции.

### **Прыжок в длину с места**

Совершается из исходной позиции: ноги врозь на ширине стопы и полусогнуты в коленях, носки ног на уровне линии, руки отведены назад, тело подано вперед. Абитуриент прыгает, отталкивается двумя ногами с интенсивным размахом руками от размеченной линии на максимальное для него расстояние и приземляется на обе ноги. При приземлении нельзя опираться руками сзади. Измеряется расстояние между линией отталкивания и отпечатком ног (по пяткам) при приземлении (см), засчитывается лучший результат из трех попыток.

### **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.

#### **Подъем туловища за 30 секунд (девушки)**

Каждому участнику предоставляется одна попытка.

Выполняется лежа на спине, руки за головой, пальцы сцеплены в «замок», лопатки касаются поверхности пола, ноги согнуты в коленях под прямым углом, ступни прижаты партнером к полу.

Участник выполняет максимальное количество подниманий туловища за 30 секунд, касаясь локтями коленей, с последующим возвратом в исходное положение.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

**Ошибки** (попытка не засчитывается):

- 1) отсутствие касания локтями коленей;
- 2) отсутствие касания лопатками поверхности пола;
- 3) пальцы разомкнуты «из замка»;
- 4) смещение таза.

#### **Виды испытаний и требования к уровню физической подготовки абитуриентов (юноши)**

Вид испытания	прошел испытание	не прошел испытание
Подтягивание (кол-во раз)	8	менее 8
Прыжок в длину с места (см)	190	менее 190
Бег 1000 м (мин, сек)	3.50	более 3.50