

УТВЕРЖДЕНО

Решением Ученого совета

ФГБОУ ВО «ВГИФК»

(протокол № 7 от «16» февраля 2021 г.)

Председатель Ученого совета

 А.В. Сысоев

Секретарь Ученого совета

 О.Н. Савинкова



## ИНФОРМАЦИЯ О ФОРМАХ ПРОВЕДЕНИЯ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ В 2021 ГОДУ

При приеме в «Колледж» на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования по специальностям, требующим у поступающих наличия определенных физических качеств, утверждаемым Министерством образования и науки Российской Федерации, проводятся вступительные испытания: тестирование общей физической подготовленности.

Результаты вступительных испытаний оцениваются по зачетной системе. Успешное прохождение вступительных испытаний подтверждает наличие у поступающих определенных физических качеств, необходимых для обучения по соответствующим образовательным программам. Выполнение любых **четырёх** тестов из предложенных пяти – **общий зачет**.

Вступительные испытания проводятся в спортивном зале.

**49.02.01 «Физическая культура», 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»:** очная форма обучения (бюджетная основа) — тестирование общей физической подготовленности:

**Возраст абитуриента – до 17 лет.**

### Юноши:

Прыжок в длину с места (2 попытки) - 2м45см;

Челночный бег 5х10 м – 12, 9 сек;

Подтягивания в висе на перекладине (кол-во раз) -15;

Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз) - 30;

Наклон вперед из положения «сидя на полу» - 20 см.

### Девушки:

Прыжок в длину с места ( 2 попытки) – 2м25см;

Челночный бег 5х10 м – 13.8сек;

Отжимания в упоре лежа (кол-во раз) - 17;

Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз) - 27;

Наклон вперед из положения «сидя на полу»- 25см.

**Возраст абитуриента - 17 лет и старше**

### Юноши:

Прыжок в длину с места (2 попытки) - 2м55см;

Челночный бег 5x10 м – 12,6 сек;  
Подтягивания в висе на перекладине (кол-во раз) -17;  
Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз) -  
31;  
Наклон вперед из положения «сидя на полу» - 20 см.

**Девушки:**

Прыжок в длину с места – (2 попытки) 2м35см;  
Челночный бег 5x10 м – 13.5сек;  
Отжимания в упоре лежа (кол-во раз) - 19;  
Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз)  
- 26;  
Наклон вперед из положения «сидя на полу»- 25см.

**49.02.01 «Физическая культура», 49.02.02 «Адаптивная физическая культура»:** очная форма обучения (договорная основа) — тестирование общей физической подготовленности:

**Возраст абитуриента – до 17 лет.**

**Юноши:**

Прыжок в длину с места (2 попытки) - 2м00см;  
Челночный бег 5x10 м – 14,0 сек;  
Подтягивания в висе на перекладине (кол-во раз) -6;  
Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз) -  
20;  
Наклон вперед из положения «сидя на полу» - 10 см.

**Девушки:**

Прыжок в длину с места ( 2 попытки) – 1м80см;  
Челночный бег 5x10 м – 15.5сек;  
Отжимания в упоре лежа (кол-во раз) - 8;  
Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз)  
- 17;  
Наклон вперед из положения «сидя на полу»- 15см.

**Возраст абитуриента - 17 лет и старше**

**Юноши:**

Прыжок в длину с места (2 попытки) - 2м10см;  
Челночный бег 5x10 м – 13,7 сек;  
Подтягивания в висе на перекладине (кол-во раз) -8;  
Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз) -  
21;  
Наклон вперед из положения «сидя на полу» - 10 см.

**Девушки:**

Прыжок в длину с места – (2 попытки) 1м90см;  
Челночный бег 5x10 м – 15.2сек;  
Отжимания в упоре лежа (кол-во раз) - 10;  
Подъем туловища из положения «лежа на спине» до угла 90° за 30 с (кол-во раз)  
- 16;  
Наклон вперед из положения «сидя на полу»- 15см.