

Содержание вступительного испытания

Абитуриенты, поступающие на специальность 40.02.02 «Правоохранительная деятельность» сдают вступительное испытание «Общая физическая подготовка».

Цель вступительного испытания

Выявить уровень физической подготовленности абитуриентов и оценить их соответствие профессиональным требованиям специальности. Перед проведением вступительного испытания для абитуриентов проводятся консультации.

К прохождению вступительного испытания допускаются абитуриенты, которые:

- 1) предъявили документ, удостоверяющий личность гражданина (паспорт);
- 2) предоставили медицинскую справку о допуске к выполнению физических нагрузок (форма 086-у или иная, подтверждающая отсутствие противопоказаний);
- 3) одеты в установленную спортивную форму, соответствующую погодным условиям:
 - футболка/майка с коротким или длинным рукавом (без вызывающих надписей и картинок);
 - спортивные шорты, штаны/леггинсы;
 - спортивная обувь с нескользящей подошвой (кроссовки, шиповки — в зависимости от покрытия площадки/стадиона), подходящая для бега и силовых упражнений.

Порядок проведения вступительного испытания

Вступительное испытание проводится в один день. Перед началом испытаний проводится инструктаж по технике безопасности и правилам выполнения упражнений.

Абитуриентам предоставляется время для разминки (не менее 10 минут) перед началом прохождения вступительного испытания. Разминка проводится под наблюдением преподавателя-экзаменатора.

Последовательность выполнения нормативов вступительного испытания «Общая физическая подготовка»: челночный бег (3*10м), прыжок в длину с места толчком двумя ногами, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимания для девушек) / подтягивания на перекладине (для юношей).

Результаты каждого участника фиксируются в протоколе установленной формы.

Методика проведения вступительного испытания

- 1) Челночный бег (3*10м)

Цель: оценка скоростно-координационных способностей.

Техника выполнения:

- по команде «На старт!» участник занимает положение высокого старта, одна нога у линии, корпус слегка наклонён вперёд;
- по команде «Внимание!» принимает положение готовности;
- по команде «Марш!» бежит до отметки 10 м, касается линии рукой, разворачивается, бежит обратно к стартовой линии, снова касается её рукой и преодолевает последний отрезок до финишной линии;
- время фиксируется секундомером с точностью до 0,1 с.

Ошибки, приводящие к незачёту: фальстарт, отсутствие касания линии рукой при развороте, сокращение дистанции.

2) Прыжок в длину с места толчком двумя ногами

Цель: оценка скоростно-силовых качеств.

Техника выполнения:

- исходное положение: стоя, ноги на ширине плеч, носки у линии отталкивания;
- одновременный толчок двумя ногами с махом руками вверх;
- приземление на обе ноги, сохранение равновесия;
- измерение результата — от линии отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела.

Попытки: три, в зачет идет лучший результат

Ошибки: заступ за линию отталкивания, отталкивание поочередно ногами, уход с места приземления назад через яму для прыжков.

3) Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (отжимания для девушек)

Цель: оценка силы мышц верхнего плечевого пояса и туловища.

Техника выполнения:

- исходное положение: упор лёжа, руки на ширине плеч, кисти вперёд, локти разведены не более чем на 45 градусов, тело прямое, стопы вместе;
- сгибание рук до угла 90 градусов в локтевых суставах (грудь почти касается пола);
- разгибание рук до полного выпрямления, возвращение в исходное положение;
- каждое отжимание сопровождается фиксацией исходного положения на 0,5с.

Счёт: количество правильно выполненных отжиманий за одну попытку.

Ошибки: прогиб в пояснице, сгибание ног, неполное выпрямление рук, отсутствие фиксации исходного положения, касание пола коленями.

4) Подтягивания на перекладине (для юношей)

Цель: оценка силы мышц спины, плечевого пояса и рук.

Техника выполнения:

- исходное положение: вис на перекладине хватом сверху, руки на ширине плеч, ноги вместе, тело прямое;
- подтягивание до уровня подбородка выше перекладины;
- опускание в вис до полного выпрямления рук;
- фиксация исходного положения на 0,5с перед следующим подтягиванием.

Счёт: количество правильно выполненных подтягиваний за одну попытку.

Ошибки: подбородок не поднят выше перекладины, использование маховых движений ногами, сгибание рук рывками, фиксация исходного положения менее 0,5с.

Оценка результатов вступительного испытаний

Результаты каждого участника фиксируются в протоколе установленной формы, где указываются:

- ФИО абитуриента;
- вид норматива;
- количественный/временной результат;
- отметка о зачёте/не зачёте.

Оценка результатов проводится по системе «зачтено»/«не зачтено».

Критерии оценки результатов вступительного испытания:

№ п/п	Норматив	Показатели для получения баллов		
		Юноши		
1.	Челночный бег (3*10м)	7,1с	7,7с	8,2с
2.	Прыжок в длину	235см	213 см	192см
3.	Подтягивания на перекладине	15	12	8
Распределение баллов за каждый норматив:		5	4	3

№ п/п	Норматив	Показатели для получения баллов		
		Девушки		
1.	Челночный бег (3*10м)	7,9с	8,7с	9,1с
2.	Прыжок в длину	188см	173см	157см
3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	17	12	8
Распределение баллов за каждый норматив:		5	4	3

Критерии итоговой оценки

- «Зачтено» — абитуриент набрал не менее 3 баллов по каждому нормативу и суммарно не менее 9 баллов из 15 возможных;

– «Не зачтено» — абитуриент получил менее 3 баллов хотя бы по одному нормативу или суммарно менее 9 баллов.

Поступающие, которые по итогам проведения вступительного испытания набрали количество баллов от 9 до 15, обладают определенными физическими способностями для обучения по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность».

Поступающие, которые по итогам проведения вступительного испытания набрали количество баллов 8 и меньше, не обладают определенными физическими способностями для обучения по специальности 40.02.02 «Правоохранительная деятельность».

Результаты вступительного испытания

Результаты вступительного испытания публикуются:

- на официальном сайте ГБПОУ АО «АГПК» в разделе «Абитуриентам» - «Перечень и информация о формах проведения вступительных испытаний»;
- на информационном стенде приёмной комиссии — не позднее 3 рабочих дней после проведения испытания.