

Санкт-Петербургское государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Колледж метрополитена и железнодорожного транспорта»

ПРИНЯТО
на заседании Общего собрания
работников и обучающихся
СПб ГБПОУ
«Колледж метрополитена»
от «27» февраля 2024
протокол № 5

УТВЕРЖДАЮ
Директор СПб ГБПОУ
«Колледж метрополитена»
В.Г. Апаици
«27» февраля 2024
Приказ № 136 от 27.02.2024

Локальный акт № 133

Положение о вступительных испытаниях по физической подготовке для поступающих
в Санкт-Петербургское государственное бюджетное
профессиональное образовательное учреждение
«Колледж метрополитена и железнодорожного транспорта»

1. Общие положения

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с Законом Российской Федерации от 29.12.2012 № 273 «Об образовании в Российской Федерации», приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.04.2015 № 389 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты среднего профессионального образования», приказом Минпросвещения России от 20.09.2020 № 457 «Об утверждении Порядка приема граждан на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования», Постановлением Правительства РФ от 14.08.2013 г. № 697 «Об утверждении перечня специальностей и направлений подготовки, при приеме на обучение по которым поступающие проходят обязательные предварительные медицинские осмотры (обследования) в порядке, установленном при заключении трудового договора или служебного контракта по соответствующей должности или специальности», Уставом Санкт-Петербургского государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения «Колледж метрополитена и железнодорожного транспорта» (далее – Колледж) и Правилами приема в Колледж.

1.2. Настоящее Положение о вступительных испытаниях (далее – Положение) определяет порядок проведения вступительных испытаний по физической подготовке при приеме на обучение по образовательной программе среднего профессионального образования для специальностей СПО соответствующего профиля профессионального образования.

1.3. Вступительные испытания при приеме в Колледж проводятся с целью выявления у абитуриентов определенных профессионально важных качеств и уровня физической подготовленности, необходимых для успешного освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования по выбранной специальности.

1.4. Для организации и проведения вступительных испытаний в Колледже создаются экзаменационная и апелляционная комиссии, составы которых утверждаются приказом директора Колледжа. Полномочия и порядок деятельности Комиссий регламентируются соответствующими Положениями Колледжа на текущий год.

1.5. Мероприятия по выявлению у абитуриентов профессионально важных качеств, поступающих на первый курс Колледжа, осуществляют профильные специалисты Колледжа.

1.6. К вступительным испытаниям допускаются абитуриенты, подавшие в приемную комиссию документы, а именно: личное заявление и медицинскую справку 086-у с указанием группы здоровья, получившие экзаменационный лист с указанием даты, времени и места проведения вступительных испытаний, согласно установленным Правилам приема в Колледж.

1.7. На вступительные испытания, на территорию Колледжа, абитуриенты проходят самостоятельно без сопровождения посторонних лиц.

1.8. Любая фото и видео фиксация вступительных испытаний запрещены.

1.9. Порядок проведения вступительных испытаний определяется Правилами приема в Колледж, Положением о приемной комиссии, экзаменационной, апелляционной комиссиях Колледжа.

1.10. Вступительные испытания оцениваются по зачетной (балльной) системе и оформляются протоколом в установленной форме согласно приложению.

1.11. Расписание вступительных испытаний сообщается абитуриентам заранее: лично при подаче документов в приемную комиссию Колледжа и путём публикации на официальном сайте Колледжа. Список абитуриентов, допущенных до прохождения вступительных испытаний составляется по мере формирования групп, публикуется на сайте и уточняется в приёмной комиссии. Категория лиц, которые освобождаются от прохождения вступительных испытаний и автоматически зачисляются в Колледж, указаны в п.3.12.

1.12. График проведения вступительных испытаний утверждается председателем Приемной комиссии.

1.13. Для входа в помещение или открытую спортивную площадку, где будет

проводиться вступительное испытание, абитуриент предъявляет документ удостоверяющий личность и экзаменационный лист.

2. Содержание, правила и оценка вступительных испытаний по определению уровня физической подготовленности абитуриентов и определение итоговой оценки

2.1. Вступительное испытание по определению уровня физической подготовленности абитуриента для определения таких физических качеств как сила, скоростные качества и выносливость, проводится в форме выполнения контрольных упражнений и оценивается по результатам сдачи трех контрольных нормативов:

Юноши.

- подтягивание на высокой перекладине;
- бег 60 м;
- бег 3000 м;

Девушки.

- сгибание и разгибание рук в упоре лежа;
- бег 60 м;
- бег 2000 м;

Содержание вступительных испытаний по физической подготовке:

2.1.1. Подтягивание на высокой перекладине (юноши). Упражнение выполняется в спортивных залах или на открытых площадках.

Техника выполнения испытания:

Абитуриент принимает исходное положение: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, стопы вместе.

Из вися на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды.

Упражнение выполняется плавно, без рывков, раскачиваний и маховых движений. Испытание выполняется максимальное количество раз, доступное участнику.

Экзаменатор засчитывает количество правильно выполненных подтягиваний и результат записывает в протокол. Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);
- нарушение техники выполнения испытания;
- подбородок испытуемого ниже уровня грифа перекладины;
- фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду;
- подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

2.1.2. Бег 60 м. Проводится на основе Правил соревнований по легкой атлетике; по прямой, на беговой дорожке стадиона. В одном забеге участвуют не более 2-х человек. Разрешается высокий и низкий старт. По команде «На старт!» участники забега принимают стартовое положение, по команде «Марш!» (или стартовому сигналу) начинают забег. Время фиксируется со старта с точностью до 0,1 сек. Результат испытания: время пробега в секундах. Экзаменатор записывает время пробега в экзаменационный лист и протокол. Ошибки, в результате которых испытание не засчитываются:

- участник не готов к старту через 2 минуты после вызова стартера;
- участник во время бега уходит со своей дорожки, создавая помехи другому испытуемому;
- старт участника раньше команды стартера «Марш!».

2.1.3. Бег 2000 м (юноши); Бег 1000 м (девушки). Проводится на стадионе или ровной местности. В одном забеге участвуют не более 5 человек. По команде «На старт!» участники забега принимают стартовое положение, по команде «Марш!» (или стартовому сигналу) начинают забег. При беге участникам запрещается наступать на линию бровки с левой стороны, что приведет к сокращению дистанции. Время засекается с точностью до 0,1 секунды и фиксируется в момент пересечения линии финиша. Результат испытания: время

бега в минутах и секундах. Экзаменатор записывает время пробега в протокол.

2.1.4. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки). Испытание проводится в гимнастическом (спортивном) зале или на универсальной спортивной площадке.

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из исходного положения: упор лежа, ноги вместе, руки прямые на ширине плеч, кисти вперед, локти разведены не более чем на 45 градусов относительно туловища, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры. Испытуемый сгибает руки в локтях (угол сгибания рук не менее 90 градусов), разгибая руки, возвращается в исходное положение и, зафиксировав его на 1 секунду, продолжает выполнять испытания.

Засчитывается количество правильно выполненных повторений, состоящих из сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом экзаменатора вслух.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению;
- нарушение техники выполнения испытания;
- нарушение прямой линии «плечи – туловище – ноги»;
- отсутствие фиксации на 1 секунду исходного положения;
- превышение допустимого угла разведения локтей;
- разновременное разгибание рук.

2.2. Оценивание выполнения нормативов и вынесение итоговой оценки.

2.2.1. Результаты вступительных испытаний переводятся в баллы по 5-ти балльной шкале и оцениваются в зачетной системе.

Для получения оценки «Зачет» результат выполнения 3-х контрольных упражнений в сумме баллов должен составить не менее 9 баллов, при условии выполнения каждого упражнения с результатом, переводимым в баллы, в соответствии с ниже приведенной Таблицей (п.2.2.2). Далее – конкурс баллов.

В случае если выполняются два из трёх нормативов с оценкой по 5 баллов, а результат выполнения третьего упражнения ниже минимального, переводимого в баллы, выставляется оценка «Не зачет».

2.2.2. Таблица перевода результатов выполнения контрольных упражнений в баллы по 5-ти балльной шкале:

Для поступающих юношей:

№ п/п	Наименование упражнения	Результат, переводимый в баллы	Баллы
1.	Подтягивание на высокой перекладине	14 раз и более	5
		12 раз	4
		10 раз	3
2.	Бег 60 м	8.4 сек. и менее	5
		8.9 сек.	4
		9.4 сек.	3
3.	Бег 3000 м	12.50 мин. и менее	5
		13.20 мин.	4
		13.50 мин.	3

Для поступающих девушек:

№ п/п	Наименование упражнения	Результат, переводимый в баллы	Баллы
1.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	16 раз и более	5
		14 раз	4
		12 раз	3
2.	Бег 60 м	9.6 сек. и менее	5
		10.1 сек.	4
		10.6 сек.	3
3.	Бег 2000 м	9.50 мин. и менее	5
		11.20 мин.	4
		12.00 мин.	3

3. Порядок проведения вступительного испытания по физической подготовке

3.1. Испытания проводятся по расписанию, с которым абитуриент заранее ознакомлен лично (под подпись), подготовленному приемной комиссией и утвержденному председателем приемной комиссии.

3.2. Во время прохождения вступительных испытаний все нормативы абитуриенты сдают в специально оборудованном помещении и (или) на специально оборудованных открытых спортивных площадках.

3.3. Абитуриенту необходимо прибыть на место проведения вступительного испытания

за 30 минут до его начала с экзаменационным листом и документом, удостоверяющим личность. При себе необходимо иметь соответствующую спортивную форму (спортивный костюм и обувь). Спортивная форма должна соответствовать погодным условиям, быть максимально удобной. Спортивные брюки или шорты должны плотно сидеть на талии, иметь хорошую широкую резинку и не сползать при прыжке или активных движениях. Обувь должна быть на нескользящей подошве. К экзамену не допускаются абитуриенты в брюках, джинсах. Поступающие, не готовые к прохождению вступительных испытаний (отсутствие спортивной формы, недомогание, физическое состояние) к нему **не допускаются**.

3.4. К сдаче вступительного испытания абитуриенты допускаются при наличии СТРАХОВКИ ОТ НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЕВ и медицинской справки по форме 086-у, содержащей сведения о проведении медицинского осмотра в соответствии с перечнем врачей - специалистов и ЗАКЛЮЧЕНИЕ ВРАЧА – терапевта с указанием группы здоровья «ос, недомогание, физическое состояние) основная» или 1, или 2 и «К обучению на специальности 49.02.01 Физическая культура ГОДЕН» или «Противопоказаний к обучению на специальность нет» или ГОДЕН БЕЗ ОГРАНИЧЕНИЙ.

3.5. Экзаменатор проводит инструктаж по технике безопасности, проверяет соответствие спортивной формы, а также информирует о порядке и правилах выполнения контрольных упражнений.

3.6. Абитуриентам предоставляется время для самостоятельной разминки перед сдачей нормативов. Далее абитуриенты приступают к прохождению испытаний.

3.7. Последовательность выполнения нормативов:

Юноши: подтягивание на высокой перекладине, бег 60 м, бег 3000 м,

Девушки: Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, бег 60 м, бег 2000 м.

Между бегом на дистанцию 60 м и бегом на 3000м (2000м) устанавливается перерыв не менее 15 минут.

3.8. Для выполнения норматива предоставляется одна попытка. В отдельных случаях (срыве, падении и т.п.) председатель экзаменационной комиссии может разрешить абитуриенту выполнить норматив повторно. В случае плохого самочувствия абитуриенту вызывается бригада медицинских работников (скорая помощь). Выполнение норматива с целью улучшения полученной оценки не допускается.

3.9. Во время вступительного испытания абитуриенты должны соблюдать следующие правила поведения:

- не нарушать Административный и Уголовные Кодексы Российской Федерации, соблюдать тишину, проявлять уважительное отношение к абитуриентам и экзаменаторам;
- работать самостоятельно;
- не использовать какое-либо оборудование и инвентарь кроме того, которое предоставляется экзаменационной комиссией для прохождения заявленного испытания;
- не использовать фото-видео и радиоаппаратуру, секундомеры и смарт часы во время вступительных испытаний;
- своевременно проводить разминку, а также являться к месту сдачи норматива по требованию представителя экзаменационной комиссии;
- не покидать пределов территории, которая установлена экзаменационной комиссией

для проведения вступительного испытания.

3.10. За нарушение правил поведения, абитуриент удаляется с вступительного испытания с вынесением оценки «не зачтено», о чем составляется акт членами экзаменационной комиссии, утверждаемый председателем экзаменационной комиссии.

3.11. После сдачи нормативов, абитуриент сдает экзаменатору экзаменационный лист.

3.12. Зачет по вступительным испытаниям проставляется **автоматически**, без сдачи вступительных испытаний, если абитуриент имеет спортивный разряд кандидата в мастера спорта, мастера спорта, 1 взрослый разряд по различным видам спорта (при предоставлении подтверждающей квалификационной книжки), статус победителя спортивных соревнований Мирового, Европейского, Российского, Регионального, Городского уровней.

3.13. Результаты вступительного испытания по выявлению профессионально важных качеств выкладываются на сайте Колледжа <http://www.cm-spb.ru/> в разделе «Абитуриенту» не позднее трех рабочих дней от момента проведения испытания.

4. Подача апелляций и ответственность сторон

4.1. При проведении этапов вступительных испытаний экзаменационной комиссией обеспечивается спокойная и доброжелательная обстановка, предоставляется возможность поступающим наиболее полно проявить уровень своих знаний и умений.

4.2. Абитуриенты, не явившиеся на вступительные испытания без уважительных причин, а также забравшие документы после начала вступительных испытаний, к дальнейшим вступительным испытаниям не допускаются, выбывают из списка претендентов на зачисление и не зачисляются в число студентов.

4.3. В случае если абитуриент не смог явиться на вступительное испытание по уважительной причине, в приемную комиссию предоставляется подтверждение (например, справка о болезни, выписка из медицинского учреждения). На основании поступившего от абитуриента заявления и документа, подтверждающего уважительную причину неявки или ухода с экзамена по этой же причине приемная комиссия, совместно с председателем экзаменационной комиссии, рассматривает возможность сдачи вступительного испытания или отдельного вида упражнения, но не позднее сроков проведения вступительных испытаний.

4.4. По результатам вступительного испытания, абитуриент имеет право подать в апелляционную комиссию письменное заявление о нарушении, по его мнению, установленного порядка проведения испытания и (или) несогласия с его результатами. Апелляция принимается приемной комиссией в день оглашения результата вступительного испытания и на следующий день после него. Правила подачи и рассмотрения апелляций регламентируются Приказом Минпросвещения России от 02.09.2020 № 457 и Положением об апелляционной комиссии Колледжа.

4.5. Полномочия и порядок деятельности апелляционной комиссии определяется Положением об апелляционной комиссии, утвержденным приказом директора Колледжа.

**ПРОТОКОЛ № _____
вступительных испытаний по физической подготовке**

№ п/ п	ФИО дата проведения	Дата рождения	Подтягивание на высокой перекладине (юноши)		Бег 60 м		Бег 3000м/2000 м		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (девушки)		Общее кол-во баллов	Примечание
			Рез.	Балл	Рез.	Балл	Рез.	Балл	Рез.	Балл		

Подпись лица, проводившего вступительные испытания _____ (_____)

Экзаменационный лист вступительных экзаменов по физической подготовке

ФИО	Дата рождения	Подтягивание на высокой перекладине		Бег 60 м		Бег 3000 м		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа		Бег 2000 м		Общее кол-во баллов	Подпись
		Рез	Бал	Рез	Бал	Рез	Бал	Рез	Бал	Рез	Бал		
Дата проведения													

Подпись лица, проводившего вступительные испытания _____ (_____)



Экзаменационный лист вступительных экзаменов по физической подготовке

ФИО	Дата рождения	Подтягивание на высокой перекладине		Бег 60 м		Бег 3000 м		Сгибание, разгибание рук в упоре лежа		Бег 2000 м		Общее кол-во баллов	Подпись
		Рез	Бал	Рез	Бал	Рез	Бал	Рез	Бал	Рез	Бал		
Дата проведения													

Подпись лица, проводившего вступительные испытания _____ (_____)