

**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. Апаницин
«27» февраля 2024
Приказ № 156 от 27.02.2024

Перечень вступительных испытаний

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

Формы проведения вступительного испытания по физической подготовке

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

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

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**.

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.

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

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

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.

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.

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.

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.

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

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.

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.