

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА****для поступающих на специальность среднего профессионального образования****40.02.02 Правоохранительная деятельность**

Вступительное испытание по дисциплине «Физическая культура» проводится в форме экзамена (тестирование физических способностей).

Экзамен проводится в один день и предусматривает выполнение 4 нормативов. Для получения зачета необходимо набрать по каждому нормативу не менее 5 баллов.

Минимальное количество баллов при выполнении упражнений – 20. Максимальное количество баллов – 100.

Нормативы прохождения испытаний**Юноши**

№ п/п	Упражнение	Баллы				
		25	20	15	10	5
1	Отжимания в упоре лежа на полу (кол-во раз за 60 сек.)	40	35	30	25	20
2	Прыжки в длину с места (см)	230	220	210	200	190
3	Бег 30 (м)	4.8	5.1	5.4	5.6	5.8
4	Пресс (кол-во раз за 60 с)	45	40	35	30	28

Девушки

№ п/п	Упражнение	Баллы				
		25	20	15	10	5
1	Отжимания в упоре лежа на полу (кол-во раз за 60 сек.)	13	10	7	5	4
2	Прыжки в длину с места (см)	185	175	168	165	160
3	Бег 30 (м)	5.5	5.8	6.1	6.4	6.6
4	Пресс (кол-во раз за 60 с)	40	35	30	25	20