

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ****ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА****для поступающих на специальность высшего образования****38.05.02 Таможенное дело**

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

Экзамен проводится в один день и предусматривает выполнение 4 нормативов.

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.) | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 |
| 2 | Прыжки в длину с места (см) | 240 | 230 | 220 | 210 | 200 |
| 3 | Бег 30 (м) | 4.6 | 4.9 | 5.2 | 5.4 | 5.6 |
| 4 | Пресс (кол-во раз за 60 с) | 50 | 45 | 40 | 35 | 30 |

Девушки

| № п/п | Упражнение | Баллы | | | | |
|----------|--|-------|-----|-----|-----|-----|
| | | 25 | 20 | 15 | 10 | 5 |
| 1 | Отжимания в упоре лежа на полу (кол-во раз за 60 сек.) | 15 | 12 | 10 | 8 | 6 |
| 2 | Прыжки в длину с места (см) | 190 | 180 | 170 | 165 | 160 |
| 3 | Бег 30 (м) | 5.1 | 5.5 | 5.7 | 5.9 | 6.1 |
| 4 | Пресс (кол-во раз за 60 с) | 45 | 40 | 35 | 30 | 25 |