

Инструкция
по сдаче вступительного испытания
по физической культуре для специальностей:
20.02.04 Пожарная безопасность
20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях
49.02.01 Физическая культура

Вступительное испытание по общей физической подготовке будет проводиться экзаменационной комиссией по адресу: г. Смоленск, ул. Шевченко д.91.

К прохождению вступительного испытания допускаются лица, прошедшие и представившие в приемную комиссию результаты предварительного медицинского осмотра (обследования) в порядке, установленном при заключении трудового договора или служебного контракта по соответствующей должности или специальности, установленным приказом Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации от 12 апреля 2011 г. N 302н «Об утверждении перечней вредных и (или) опасных производственных факторов и работ, при выполнении которых проводятся обязательные предварительные и периодические медицинские осмотры (обследования), и Порядка проведения обязательных предварительных и периодических медицинских осмотров (обследований) работников, занятых на тяжелых работах и на работах с вредными и (или) Опасными условиями труда».

Вступительное испытание оформляется протоколом, в котором фиксируются результаты выполнения контрольных упражнений. Результаты вступительного испытания оцениваются по бальной системе от 60-80 баллов «прошел испытание», от 1-59 баллов «не прошел испытание».

Для поступающих установлены следующие контрольные упражнения:
- девушки:

Баллы	Подъем туловища за 30 сек (кол-во раз)	Бег 100м (сек)	Прыжок в длину с места (см)	Бег 1000 м (мин, сек)
20	28	16.0	200	4.30
19	27	16.1	-	4.35
18	26	16.2	195	4.40
17	25	16.3	-	4.45
16	24	16.4	190	4.50
15	23	16.5	-	4.55
14	22	16.6	185	5.00
13	21	16.7	-	5.05
12	20	16.8	170	5.10
11	19	16.9	-	5.15
10	18	17.0	165	5.20
9	17	17.1	-	5.25

8	16	17.2	160	5.30
7	15	17.3	-	5.32
6	14	17.4	155	5.35
5	13	17.5	-	5.37
4	12	17.6	150	5.40
3	11	17.7	-	5.42
2	10	17.8	145	5.45
1	9	17.9	140	6.00

- юноши:

Баллы	Подтягивание (кол-во раз)	Бег 100м (сек)	Прыжок в длину с места (см)	Бег 1000 м (мин,сек)
20	14	13.8	235	3.30
19	-	13.9	-	3.35
18	13	14.0	230	3.40
17	-	14.1	-	3.45
16	12	14.2	225	3.50
15	-	14.3	-	3.55
14	11	14.4	220	4.00
13	-	14.5	-	4.05
12	-	14.6	215	4.10
11	10	14.7	-	4.15
10	-	14.8	210	4.20
9	9	14.9	-	4.25
8	-	15.0	205	4.30
7	8	15.1	-	4.32
6	-	15.2	200	4.35
5	7	15.3	-	4.37
4	-	15.4	195	4.40
3	6	15.5	-	4.42
2	-	15.6	190	4.45
1	5	15.8	185	5.00

В день вступительного испытания поступающий обязан:

- ✓ явиться за 20 минут до начала вступительного испытания;
- ✓ пройти инструктаж по технике безопасности;
- ✓ получить допуск медицинского работника к выполнению контрольных упражнений;
- ✓ иметь при себе паспорт или другой документ, удостоверяющий личность и экзаменационный лист;
- ✓ иметь при себе спортивную форму одежды и бутылку с негазированной водой.

Вступительное испытание проводится в соответствии со следующим регламентом:

- ✓ прохождение инструктажа по технике безопасности;
- ✓ получение допуска медицинского работника к выполнению контрольных упражнений;
- ✓ подготовка оборудования и спортивного инвентаря для выполнения контрольных упражнений:
 - гимнастическая перекладина (для юношей);
 - гимнастический коврик (для девушек);
 - беговая дорожка;
 - сектор для прыжков.
- ✓ выполнение контрольных упражнений в следующей последовательности: контроль силовых качеств, контроль скоростно-силовых качеств, контроль скоростных качеств, контроль выносливости;
- ✓ фиксация результатов в протоколе и экзаменационных листах поступающих

Повторная сдача вступительного испытания при получении результата «не прошел испытание» не допускается.

За нарушение техники безопасности поступающий может быть удален со вступительного испытания с соответствующей записью в протоколе вступительного испытания и проставлением результата «не прошел испытание».