

Приложение 2  
Утверждено приказом  
от «28» мая 2026 г. № 36/од

Автономная некоммерческая организация  
профессиональная образовательная организация  
Техникум современных технологий

Рассмотрено  
На заседании педагогического совета  
Протокол № 5  
от «15» мая 2026г.



**Программа вступительных испытаний  
при приеме на обучение по специальности:  
40.02.02 ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ  
ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**

Ставрополь, 2026 г.

Программа разработана на основе:

– Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования **40.02.02 Правоохранительная деятельность**, утвержденного Приказом Минпросвещения РФ от 10 января 2025 г. № 3

– Приказа от 2 сентября 2020 г. № 457 Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования» (с изменениями, утвержденными приказом Министерством просвещения Российской Федерации №750 от 28.10.2024 «О внесении изменений в Порядок приема по образовательным программам среднего профессионального образования»);

– Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 17 мая 2022 г. №336 «Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования и установлении соответствия отдельных профессий и специальностей среднего профессионального образования, указанных в этих перечнях, профессиям и специальностям среднего профессионального образования, перечни которых утверждены приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 октября 2013 г. № 1199 «Об утверждении перечней профессий и специальностей среднего профессионального образования»» (с изменениями).

Организация-разработчик: Автономная некоммерческая организация профессиональная образовательная организация Техникум современных технологий

## Пояснительная записка

Программа вступительных испытаний по Физической культуре предназначена для приема абитуриентов специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

**Цель вступительного испытания:** выявление уровня развития физических навыков и подготовленности поступающих.

### Порядок проведения вступительного испытания

К вступительному экзамену допускаются абитуриенты, подавшие заявление на обучение по программе подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

К вступительным испытаниям допускаются лица, имеющие I, II или III группы здоровья.

Лица, не явившиеся на вступительные испытания по уважительной причине (болезнь, и др., подтверждено документально), допускаются к ним на следующем этапе вступительных испытаний или индивидуально в период до их полного завершения.

Повторное участие абитуриента во вступительных испытаниях не допускается.

Вступительные испытания проводятся экзаменационной комиссией техникума в период с 25 июня по 10 августа (по расписанию).

Расписание вступительных испытаний доводится персонально для каждого абитуриента в приемной комиссии при подаче документов.

В день вступительного испытания абитуриент обязан:

- явиться на экзамен в соответствии с расписанием вступительных испытаний;
- явиться за 10 минут до его начала;
- иметь при себе документ, удостоверяющий личность и медицинскую справку за текущий год.

- во время проведения вступительного испытания быть одет в спортивную одежду и спортивную обувь.

Вступительное испытание по физической подготовке оценивается в баллах по результатам двух контрольных упражнений:

- юноши выполняют подтягивание на высокой перекладине, бег на 100 м и челночный бег 10м\*10раз;
- девушки выполняют сгибание, разгибание рук в упоре лежа, бег на 100 м и челночный бег 10м\*10раз.

Во время проведения вступительного испытания абитуриент обязан соблюдать правила поведения. За нарушение правил поведения абитуриент может быть удален со вступительных испытаний с составлением акта об удалении.

Вступительные испытания по дисциплине «Физическая культура» проходят в спортивном зале или на спортивной площадке.

Длительность испытаний ограничивается 4-мя академическими (1 академический час равен 45 астрономическим минутам) часами, с 15- минутным перерывом.

Во время проведения вступительных испытаний абитуриенты должны следовать установленному ходу проведения испытаний:

1. Без приглашения не входить.
2. После приглашения войти, показать преподавателю паспорт (для

удостоверения личности) и медицинскую справку (для установления группы здоровья).

3. Занимать только указанное ему место;
4. Соблюдать тишину;
5. Самостоятельно разогреть мышцы до вызова на испытание;
6. Не разговаривать с другими абитуриентами;
7. Не пользоваться средствами оперативной связи;
8. Не покидать пределов спортивного зала, в котором проводится вступительное испытание, без разрешения проводящих вступительное испытание членов экзаменационной комиссии.

При возникновении вопросов, связанных с проведением испытания, абитуриент поднятием руки обращается к члену экзаменационной комиссии и при его подходе задает вопрос, не отвлекая внимания других абитуриентов.

За нарушение правил поведения абитуриент удаляется со вступительного испытания с проставлением неудовлетворительного результата независимо от числа правильно выполненных заданий, о чем составляется акт, утверждаемый председателем приемной комиссией.

Вступительные испытания проводятся по нормативам, определенным с учетом возрастного и гендерного признака по зачетной и балльной системе, приведенной в приложении 1.

### **Техника выполнения испытаний**

**Подтягивание на высокой перекладине** выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни 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.

Испытание выполняется на максимальное количество раз, доступное участнику.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

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 тестируемого 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.

### **Челночный бег**

Упражнение выполняется на площадке с размеченными линиями старта и финиша. Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 метров.

По команде «Марш» обучаемый должен пробежать 10 метров, коснуться площадки за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом, пробежать, таким образом, еще два отрезка по 10 метров.

Техника выполнения испытания.

По команде «На старт» тестируемый становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено).

По команде «Внимание!», слегка сгибая обе ноги, тестируемый наклоняет корпус вперёд и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о землю.

По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) тестируемый бежит до финишной линии, пересекает ее касаясь любой частью тела, возвращается к линии старта, пересекает ее любой частью тела и преодолевает последний отрезок финишируя.

Судья останавливает секундомер в момент пересечения линии «Финиш». Результат фиксируется до 0,1 секунды.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник начал выполнение испытания до команды судьи «Марш!» (фальстарт);
- участник не пересек линию во время разворота любой частью тела.

### **Техника выполнения**

#### **Сгибание, разгибание рук в упоре лежа**

1. Сгибание рук (на вдохе). Медленно сгибайте руки в локтевых суставах, опуская грудь к полу. Локти при этом движутся вдоль корпуса, не расходясь в стороны. При использовании контактной платформы необходимо коснуться её грудью; без платформы — опуститься до касания пола грудью

2. Разгибание рук (на выдохе). Энергично, но без рывков, выпрямляйте руки, возвращаясь в исходное положение.

3. Фиксация исходного положения. После разгибания зафиксируйте исходное положение на 1 секунду.

Засчитывается количество правильно выполненных циклов, состоящих из сгибаний и разгибаний рук. Результат фиксируется счётом преподавателя вслух.

### **Техника выполнения**

#### **Бег на 100 м**

**Старт и стартовый разгон.** Используется высокий старт. Спортсмен выстраивается вдоль стартовой линии: толчковая нога ставится перед линией, вторая нога находится сзади на расстоянии длины ступни от пятки толковой. Корпус наклонён вперёд под углом около 45 градусов, вес тела приходится на толчковую ногу. Руки согнуты в локтях: разноименная толковой ноге рука находится впереди, пальцы почти касаются согнутого колена, вторая рука свободно отведена назад и практически выпрямлена. После команды «Марш» бегун стартует, не выпрямляясь. За 5–6 разгонных шагов туловище выпрямляется, сохраняя наклон на 5 градусов вперёд, и спортсмен переходит к бегу по дистанции.

### **Особенности проведения вступительного испытания для лиц, имеющих значок ГТО**

Лица, выполнившие нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО) и имеющие соответствующий знак

отличия, освобождаются от прохождения вступительных испытаний по физической культуре с начислением максимального количества баллов.

### **Особенности проведения вступительного испытания для лиц с ОВЗ**

**Форма проведения.** В некоторых случаях вступительные испытания для лиц с ограниченными возможностями здоровья проводятся в форме собеседования, где поступающий отвечает на теоретические вопросы по предмету «Физическая культура».

**Учёт индивидуальных особенностей.** Испытания адаптируются с учётом психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья. Например, для слепых могут быть адаптированы упражнения на поднимание туловища из положения лёжа на спине, для слабовидящих - бег на 100 метров, для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата - определённый набор нормативов.

**Допуск к испытаниям.** Требуется медицинское заключение о допуске к выполнению нормативов, выданное в соответствии с требованиями Порядка медицинского осмотра лиц, занимающихся физической культурой и спортом.

**Материально-технические условия.** Аудитории должны обеспечивать беспрепятственный доступ для поступающих (наличие пандусов, поручней, расширенных дверных проёмов и т. д.).

**Дополнительные условия.** Допускается присутствие ассистента, который оказывает необходимую помощь с учётом индивидуальных особенностей поступающего.

**Порядок оценки результатов.** Для лиц с ОВЗ следующих нозологий устанавливаются отдельные нормативы по физической подготовке (Приложение 2):

- лица с интеллектуальными нарушениями;
- лица с нарушением слуха;
- лица с остаточным зрением.

Решение об особых условиях проведения вступительного испытания по физической культуре принимаются приемной комиссией в каждом индивидуальном случае на основании медицинского заключения о допуске к выполнению физических упражнений и имеющихся ограничениях.

Нормативы по физической подготовке для абитуриентов,  
 поступающих на специальность «Правоохранительная деятельность»  
 (юноши)

Баллы	Нормативы			Кол-во баллов всего
	Бег на 100 м. <sup>1</sup>	Челночный бег 10 р. x 10 м. <sup>2</sup>	Подтягивание <sup>3</sup>	
20	3,00	24,00	18	60
18	3,10	25,00	16	54
16	3,20	26,00	14	48
14	3,30	27,00	12	42
12	3,40	28,00	10	36
10	3,50	29,00	8	30
8	4,00	30,00	6	24
6	4,10	31,00	4	18
4	4,20	32,00	2	12

Количество баллов	Оценки
от 48 до 60	5 (отлично)
от 36 до 47	4 (хорошо)
от 24 до 35	3 (удовлетворительно)
от 23 и менее	2 (неудовлетворительно)

Нормативы по физической подготовке для абитуриентов,  
 поступающих на специальность «Правоохранительная деятельность»  
 (девушки)

Баллы	Нормативы			Кол-во баллов
	Бег на 100 м. <sup>4</sup>	Челночный бег 10 р. x 10 м. <sup>5</sup>	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу <sup>6</sup>	
20	4,00	27,00	20	60
18	4,10	28,00	18	54
14	4,30	30,00	14	42
12	4,40	31,00	12	36
10	4,50	32,00	10	30
8	5,00	33,00	8	24
6	5,10	34,00	6	18
4	5,20	35,00	4	12

<sup>1</sup> Бег (кросс) на 1000 м. на время (минуты)

<sup>2</sup> Челночный бег 10 р.х10 м. на время (секунды)

<sup>3</sup> Подтягивание в висе на перекладине хватом сверху (кол-во раз)

<sup>4</sup> Бег (кросс) на 1000 м. на время (минуты)

<sup>5</sup> Челночный бег 10 р.х10 м. на время (секунды)

<sup>6</sup> Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)

<b>Количество баллов</b>	<b>Оценки</b>
от 48 до 60	5 (отлично)
от 36 до 47	4 (хорошо)
от 24 до 35	3 (удовлетворительно)
от 23 и менее	2 (неудовлетворительно)

Нормативы по физической подготовке для абитуриентов,  
 поступающих на специальность «Правоохранительная деятельность»  
 для лиц с ОВЗ  
 (юноши)

Баллы	Нормативы	Кол-во баллов всего
	Подтягивание <sup>7</sup>	
20	10	60
18	9	54
16	8	48
14	7	42
12	6	36
10	5	30
8	4	24
6	3	18
4	2	12

Количество баллов	Оценки
от 48 до 60	5 (отлично)
от 36 до 47	4 (хорошо)
от 24 до 35	3 (удовлетворительно)
от 23 и менее	2 (неудовлетворительно)

Нормативы по физической подготовке для абитуриентов,  
 поступающих на специальность «Правоохранительная деятельность»  
 для лиц с ОВЗ (девушки)

Баллы	Нормативы	Кол-во баллов
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу <sup>8</sup>	
20	13	60
18	12	54
14	11	42
12	10	36
10	9	30
8	8	24
6	7	18
4	6	12

<sup>7</sup> Подтягивание в висе на перекладине хватом сверху (кол-во раз)

<sup>8</sup> Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (кол-во раз)

<b>Количество баллов</b>	<b>Оценки</b>
от 48 до 60	5 (отлично)
от 36 до 47	4 (хорошо)
от 24 до 35	3 (удовлетворительно)
от 23 и менее	2 (неудовлетворительно)