

УТВЕРЖДАЮ  
Заместитель Министра образования  
Республики Беларусь



Р.С.Сидоренко

2018 г.

Учреждение образования  
«Могилёвский государственный университет имени А.А.Кулешова»

**ПРОГРАММА**  
**ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**  
**«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»**  
по специальности 1-03 02 01 «Физическая культура»  
для получения высшего образования I ступени  
дневной и заочной форм получения образования

Могилёв 2018

## ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа разработана на основе Методических рекомендаций по организации вступительных испытаний по дисциплине «Физическая культура и спорт» для лиц, поступающих в 2018 году для получения высшего образования I ступени дневной и заочной форм получения образования. (Письмо Министерства образования от 01.02.2018 № 03-01-17/983/дс), Правил приема лиц для получения высшего образования I ступени, утвержденными Указом Президента Республики Беларусь от 07.02.2006 г. № 80, постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 30.06.2015 г. № 72 «О вступительных испытаниях при поступлении на I ступень высшего образования», во исполнение приказа Министра образования Республики Беларусь от 28.10.2016 г. № 847 «Об утверждении программ вступительных испытаний в учреждения образования для получения высшего и среднего специального образования в 2018 году».

Вступительные испытания проводятся в практической форме в виде соревнований с обязательным соблюдением Правил безопасности занятий физической культурой и спортом, утвержденных постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 06.10.2014 г. № 61.

Спортивные сооружения для организации вступительных испытаний, а также используемый в ходе соревнований физкультурный и спортивный инвентарь и оборудование, должны соответствовать Санитарным нормам и правилам «Требования к устройству и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений», утвержденным постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 16.12.2013 г. № 127, а также Санитарным нормам и правилам «Санитарно-эпидемиологические требования для учреждений высшего образования и учреждений дополнительного образования взрослых», утвержденным постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 29.10.2012 г. № 167.

К выполнению вступительных испытаний допускаются абитуриенты, отнесенные по состоянию здоровья к основной медицинской группе, прошедшие медицинское обследование и представившие в приемную комиссию УВО медицинскую справку о состоянии здоровья по форме, установленной постановлением Министерством здравоохранения Республики Беларусь от 09.07.2010 г. № 92.

Обязательным условием организации вступительных испытаний является присутствие в течение всего времени их проведения медицинского работника.

Содержание вступительных испытаний и критерии их оценки соответствуют образовательному стандарту общего среднего образования по учебному предмету «Физическая культура и здоровье» и содержанию учебной программы для учреждений общего среднего образования с русским (белорусским) языком обучения «Физическая культура и здоровье V–XI классы» (Мн., НИО,) (сайт Научно-методического учреждения «Национальный институт образования» <http://www.adu.by>).

## ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

Программу вступительных испытаний составляют пять контрольных упражнений, по результатам выполнения которых определяется уровень физической подготовленности абитуриента (уровень проявления скоростных, скоростно-силовых, силовых способностей,) и уровень плавательной подготовленности (свидетельствующий о наличии жизненно важного навыка плавания у абитуриента).

Перед началом выполнения каждого контрольного упражнения абитуриентам предоставляется не менее 10 минут для разминки.

Вступительные испытания будут осуществляться в течение трёх рабочих дней: в первый день – два контрольных упражнения, во второй день – два контрольных упражнения, в третий день – одно контрольное упражнение. Порядок (последовательность) выполнения контрольных упражнений определяется предметной экзаменационной комиссией УВО.

1. Подтягивание в висе на перекладине (юноши), поднимание туловища за 1 минуту (девушки).
2. Прыжок в длину с места.
3. Челночный бег 4х9 метров.
4. Бег 30 метров.
5. Плавание 50 метров.

### УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

**Бег 30 метров** проводится на прямой беговой дорожке стадиона. Допускается использование высокого или низкого старта. Каждому абитуриенту предоставляется одна попытка. Абитуриенту, нарушившему правила соревнований в беге (фальстарт, нарушение беговой дорожки и др.), по решению предметной экзаменационной комиссии может быть предоставлена одна дополнительная попытка. Результат бега измеряется с точностью до 0,1 секунды.

**Подтягивание на высокой перекладине (юноши)** выполняется на гимнастической перекладине из исходного положения «вис хватом сверху». Каждому абитуриенту предоставляется одна попытка. Во время выполнения упражнения не допускаются сгибания туловища и ног в коленных суставах, разведение, скрещивание и другие движения ногами, рывки, махи и раскачивания, перехваты рук. Подтягивание засчитывается, если подбородок абитуриента находится выше уровня перекладины, а при опускании руки полностью выпрямляются в локтевых суставах. Результат измеряется числом выполненных без нарушений подтягиваний.

**Поднимание туловища за 1 минуту (девушки)** выполняется на гимнастическом мате из исходного положения «лежа на спине, руки скрестно перед грудью, ладони на локтевых суставах, стопы ног зафиксированы». Угол в коленном суставе составляет 90 градусов.

Каждому абитуриенту предоставляется одна попытка. Во время выполнения упражнения не допускаются рывки руками. Засчитывается количество наклонов туловища при касании локтевых и коленных суставов с

последующим опусканием на спину и касанием лопатками гимнастического мата.

**Прыжок в длину с места** выполняется толчком двумя ногами на полу спортивного зала. Каждому абитуриенту предоставляется 3 попытки подряд. Не допускается выполнять прыжки в яму с песком. Результат измеряется с точностью до 1 сантиметра. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

**Челночный бег 4x9 м** выполняется на спортивной площадке. Количество участников в одном забеге — не более двух человек. Каждому абитуриенту предоставляется две попытки подряд. Результат бега измеряется с точностью до 0,1 секунды. Засчитывается лучший результат из двух попыток.

**Плавание 50 м (вольный стиль)** выполняется в соответствии с правилами спортивных соревнований по плаванию (сайт ОО «Белорусская федерация плавания»: [www.belswimming.com](http://www.belswimming.com), раздел «Правила»). В плавании вольным стилем разрешается применять любой способ плавания.

## ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

Результат каждого контрольного упражнения оценивается по 10-балльной шкале согласно таблице «Десятибалльная шкала оценки результатов контрольных упражнений». Отметка «0» (ноль) баллов за каждое контрольное упражнение может быть выставлена абитуриенту в случае отсутствия результата при его выполнении или отказа от его выполнения.

Итоговая отметка по вступительному испытанию по дисциплине «Физическая культура и спорт» рассчитывается как средняя арифметическая величина суммарного количества баллов, полученных абитуриентом по каждому из контрольных упражнений, с последующим математическим округлением ее до десятых и умножением полученного значения на 10. Например, если средняя арифметическая величина суммарного количества баллов, полученных абитуриентом по каждому из контрольных упражнений, равна 9,2, то итоговая отметка по вступительному испытанию по дисциплине «Физическая культура и спорт» равна 92 (9,2 x 10).

В соответствии с частью седьмой пункта 25 Правил приема при поступлении на специальности физической культуры и спорта мастерам спорта Республики Беларусь, мастерам спорта Республики Беларусь международного класса выставляется высший балл, установленный для оценки результатов вступительного испытания (без сдачи вступительного испытания).

Абитуриенты, не явившиеся без уважительной причины (заболевание или другие независящие от абитуриента обстоятельства, не подтвержденные документально) на вступительные испытания по дисциплине «Физическая культура и спорт», или получившие итоговую отметку 30 (тридцать) баллов и ниже по стобалльной шкале на вступительном испытании, к повторной сдаче вступительного испытания, участию в конкурсе на очную и заочную формы получения высшего образования по данной специальности не допускаются.

Абитуриенты, которые по уважительным причинам (заболевание или другие независящие от абитуриента обстоятельства, подтвержденные документально) не смогли явиться в УВО на вступительные испытания, а также

получившие травму во время выполнения контрольных упражнений (подтвержденную документально), по решению приемной комиссии УВО допускаются к их сдаче в пределах сроков, определенных сроками проведения вступительных испытаний.

**таблица**

**10-балльная шкала оценки результатов контрольных упражнений**

Контрольные упражнения (единицы измерения)	Баллы									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>Юноши</b>										
Подтягивание на перекладине	16	15	13	12	11	8	6	3	2	1
Прыжок в длину с места (см)	252	247	242	237	231	220	212	203	192	182 и менее
Бег 30 м (с)	4,2	4,3	4,4	4,5	4,6	4,8	5,0	5,1	5,3	5,5 и более
Челночный бег 4x9 м (с)	8,6	8,8	8,9	9,0	9,1	9,3	9,5	9,7	9,9	10,1 и более
Плавание 50 м (мин, с) 50, 25, 10 м - без учета времени	0,45	0,50	0,54	0,57	1,00	1,05	1,10	50 м	25 м	10 м и менее
<b>Девушки</b>										
Поднимание туловища за 1 мин (раз)	57	55	53	52	50	47	44	41	38	37 и менее
Прыжок в длину с места (см)	200	194	189	184	179	168	158	147	137	126 и менее
Бег 30 м (с)	5,0	5,1	5,2	5,3	5,4	5,5	5,7	5,9	6,1	6,3 и более
Челночный бег 4x9 м (с)	9,8	9,9	10,1	10,2	10,4	10,7	11,0	11,2	11,5	11,8 и более
Плавание 50 м (мин, с) 50, 25, 10 м - без учета времени	0,55	1,00	1,04	1,07	1,10	1,15	1,20	50 м	25 м	10 м и менее

**Перечень спортивного инвентаря,  
необходимого для организации выполнения контрольных упражнений:**

1. Маты гимнастические;
2. Перекладина гимнастическая;
3. Рулетка измерительная;
4. Секундомеры;
5. Бруски для челночного бега 50x50x100 мм
6. Флажки судейские.

Председатель предметной комиссии

Н.И.Литенков