

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
ФГАОУ ВО «ТЮМЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
ТОБОЛЬСКИЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ ИМ.Д.И.МЕНДЕЛЕЕВА  
(ФИЛИАЛ) ТЮМЕНСКОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА

УТВЕРЖДАЮ  
Ответственный секретарь  
приемной комиссии

  
А.В. Губайдулина



**Программа вступительного испытания по специальности  
49.02.01 «Физическая культура»**

При приеме граждан, поступающих на специальность 49.02.01 «Физическая культура» проводится вступительное испытание по физической культуре. Вступительное испытание профессиональной направленности организуется с целью выявления уровня подготовленности поступающих путем установления индивидуального рейтинга достижений в физическом развитии и личностных предпосылок к овладению профессией учителя физической культуры, обладающего необходимым уровнем физической подготовленности, двигательных умений и навыков.

Вступительное испытание по общей физической подготовленности оценивается по пятибалльной шкале и включает в себя выполнение нормативных требований основных разделов школьной программы по физической культуре. Испытание проводится в один день.

К вступительным испытаниям допускаются поступающие, которые подали заявление на специальность 49.02.01 «Физическая культура» в сроки, установленные Правилами приёма ФГАОУ ВО «Тюменский государственный университет», и не имеющие медицинских противопоказаний и ограничений к занятиям физической культурой и спортом. Поступающий должен явиться на вступительное испытание заблаговременно для переодевания в спортивную форму. При сдаче вступительного испытания при себе необходимо иметь паспорт, сменную спортивную обувь, спортивную одежду, головной убор и питьевую воду.

Организация вступительного испытания обеспечивается в соответствии с правилами обеспечения безопасности при проведении занятий физической культурой и спорта. При нарушении поступающим во время проведения вступительного испытания порядка проведения вступительных испытаний, утвержденного университетом, уполномоченные должностные лица приемной комиссии составляют акт о нарушении. Электронная копия указанного акта направляется поступающему. Поступающий, в отношении которого составлен указанный акт, признается не прошедшим вступительное испытание.

Вступительное испытание проводится в форме тестирования уровня физической подготовленности. Экзамен состоит из 5 видов практических испытаний, каждый из которых оценивается по двадцати балльной шкале в соответствии с представленной системой оценивания.

Поступающий, набравший на вступительном испытании: от 51 до 68 баллов получает оценку «3»; от 69 до 85 баллов – «4»; от 86 до 100 баллов – «5». Поступающий, набравший на вступительном испытании 50 и менее баллов, получает «2» и не может быть рекомендован к зачислению на соответствующую образовательную программу. Вступительное испытание проводится согласно утверждённому расписанию.

### **Содержание программы**

Виды испытаний и оценка результатов:

#### **Спортивные игры:**

**Бросок баскетбольного мяча со штрафной линии.** Испытуемый занимает положение за линией штрафного броска и внутри полукруга. Использовать любой способ выполнения штрафного броска таким образом, чтобы мяч вошел в корзину сверху. Выпустить мяч из рук в течение 5 секунд с того момента, когда он передан судьей в его распоряжение. Не касаться линии штрафного броска и не входить в ограниченную зону до тех пор, пока мяч не попадет в корзину. Выполняет 10 бросков в кольцо, засчитываются попадания в кольцо.

**Подача волейбольного мяча через сетку.** Испытуемый располагается за линией площадки, подбрасывает мяч и ударом руки отправляет его на площадку противника. подача должна быть выполнена в течение 5 секунд, используя любой способ выполнения. Выполняет 10 подач, засчитываются попадания в противоположную сторону площадки.

#### **Легкая атлетика:**

**Бег 100 м.** Бег 100 м выполняется с низкого старта по правилам судейства соревнований по легкой атлетике.

**Бег на 500 м (девушки) и 1000 м (юноши).** Бег на 500 м, 1000 м выполняется с высокого старта по правилам судейства соревнований по легкой атлетике.

**Прыжок в длину с места.** Прыжок в длину с места выполняется одновременным отталкиванием двумя ногами от контрольной линии со взмахом рук. Длина лучшего прыжка с трех попыток измеряется с точностью до 1 см от контрольной линии до ближайшей точки касания пола любой частью тела. Прыжок не засчитывается при заступе за контрольную линию, предварительной поддержке перед прыжком, отталкивании одной ногой перед прыжком, выполнении прыжка без команды судьи.

### Юноши

очки	Легкая атлетика			Спортивные игры	
	100 м (сек)	Прыжок в длину с места (см)	1000 м (мин.)	Бросок со штрафной линии (кол-во попаданий)	Подача волейбольного мяча (кол-во попаданий)
20	14,0	260	3,00	10	10
19	14,2	255	3,05	9	9
18	14,4	250	3,10	8	8
17	14,6	245	3,15	7	7
16	14,8	240	3,20	6	6
15	15,0	235	3,25	5	5
14	15,2	230	3,30	4	4
13	15,4	225	3,35	3	3
12	15,6	220	3,40	2	2
11	15,8	215	3,45	1	1
10	16,0	210	3,50	-	-
9	16,2	205	3,55	-	-
8	16,4	200	4,00	-	-
7	16,6	195	4,05	-	-
6	16,8	190	4,10	-	-
5	17,0	185	4,15	-	-

### Девушки

очки	Легкая атлетика			Спортивные игры	
	100 м (сек.)	Прыжок в длину с места (см)	500 м (мин.)	Бросок со штрафной линии (кол-во попаданий)	Подача волейбольного мяча (кол-во попаданий)
20	15,0	210	1,40	10	10
19	15,2	205	1,45	9	9
18	15,4	200	1,50	8	8
17	15,6	195	1,55	7	7
16	15,8	190	2,00	6	6
15	16,0	185	2,05	5	5
14	16,2	180	2,10	4	4
13	16,4	175	2,15	3	3
12	16,6	170	2,20	2	2
11	16,8	165	2,25	1	1
10	17,0	160	2,30	-	-
9	17,2	155	2,35	-	-
8	17,4	150	2,40	-	-
7	17,6	145	2,45	-	-
6	17,8	140	2,50	-	-
5	18,0	135	2,55	-	-

### Рекомендуемая литература

1. Физическая культура. 10-11 классы: Учебник для общеобразоват. организаций: базовый уровень / В. И. Лях. — 6-е изд. — М.: Просвещение, 2019. — 255 с.