

ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ГОРОДА СЕВАСТОПОЛЯ
«СЕВАСТОПОЛЬСКИЙ МНОГОПРОФИЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ
ИМЕНИ МАРШАЛА ИНЖЕНЕРНЫХ ВОЙСК А.В.ГЕЛОВАНИ»

УТВЕРЖДАЮ
Директор ГБОУПО «СевМК»
_____ Н.В. Баранов
« _____ » _____ 2024 год

**Программа проведения вступительных испытаний
при приеме в ГБОУПО «СевМК» на обучение
по образовательным программам среднего профессионального
образования по специальностям, требующим у поступающих наличия
определенных физических и (или) психологических качеств**

г. Севастополь
2024 год

1. Программа проведения вступительных испытаний при приеме на обучение в ГБОУПО «СевМК» по образовательным программам среднего профессионального образования по специальностям, требующим у поступающих наличия определенных физических и (или) психологических качеств, является неотъемлемой частью Правил приёма в ГБОУПО «СевМК» на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования на 2024/2025 учебный год.

2. В соответствии с перечнем вступительных испытаний при приеме на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования по специальностям, требующим у поступающих наличия определенных физических и (или) психологических качеств, утверждаемым Министерством просвещения Российской Федерации (Часть 8 ст.55 Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»), проводятся вступительные испытания при приеме на обучение в ГБОУПО «СевМК» по специальности 49.02.01 Физическая культура и 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

3. Вступительные испытания проводятся в следующих формах:

Специальность	Форма вступительного испытания
49.02.01 Физическая культура	1. Физическая культура (Приложение 1) 2. Испытание профессиональной направленности (собеседование) (Приложение 3)
40.02.02 Правоохранительная деятельность	1. Физическая культура (Приложение 1) 2. Испытание профессиональной направленности (собеседование) (Приложение 2)

4. Прием заявлений у лиц, поступающих для обучения по специальностям 49.02.01 Физическая культура и 40.02.02 Правоохранительная деятельность осуществляется до 10 августа 2024 года.

5. К вступительным испытаниям по специальности 49.02.01 Физическая культура и 40.02.02 Правоохранительная деятельность допускаются абитуриенты, сдавшие оригинал документа об образовании и (или) документа об образовании и о квалификации до 10 августа 2024 года.

6. Вступительные испытания проводятся в соответствии с расписанием, которое будет размещено на информационном стенде и на сайте ГБОУПО «СевМК». Списки абитуриентов, допущенных к вступительным испытаниям, будут сформированы после 10 августа 2024 г. Абитуриент прибывает на испытания имея при себе паспорт.

7. Присутствие на экзаменах посторонних лиц без специального разрешения председателя приемной комиссии запрещено.

8. Результаты вступительных испытаний оцениваются по 5-ти бальной системе и зачетной системе.

9. По результатам вступительных испытаний по «Физической культуре» (Приложение 1), абитуриенту, сдавшему вступительное испытание на 5 баллов к среднему баллу аттестата добавляется 0,5 балла, на 4 балла - 0,4 балла, на 3 балла - 0,3 балла, менее 3 баллов - не допускаются к зачислению.

10. Вступительное «Испытание профессиональной направленности (собеседование)» по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность (Приложение 2) и по специальности 49.02.01 Физическая культура (Приложение 3) проводится в форме индивидуального собеседования. Испытание завершается одним из следующих выводов о пригодности к правоохранительной профессиональной деятельности:

- «зачтено»;

- «не зачтено».

Оценка «зачтено» выносится лицам, в отношении которых специалисты предполагают наличие таких индивидуальных качеств, которые обеспечивают адаптацию личности к условиям и характеру предстоящей деятельности.

Оценка «не зачтено» выносится лицам, имеющим низкую мотивацию к профессиональной деятельности; негативные личностные особенности; асоциальные формы поведения, препятствующие успешному осуществлению профессиональной деятельности. Абитуриент, получивший по результатам испытания профессиональной направленности (собеседование) оценку «не зачтено» не рекомендуется к зачислению.

11. Успешное прохождение вступительных испытаний подтверждает наличие у поступающих определенных физических и (или) психологических качеств, необходимых для обучения по соответствующим образовательным программам.

12. Итоговый рейтинг поступающих формируется как сумма баллов среднего балла аттестата и оценок всех вступительных испытаний. Списки абитуриентов, рекомендованных к зачислению на специальность 40.02.01 Физическая культура и 40.02.02 Правоохранительная деятельность определяются после завершения всех вступительных испытаний и контрольного сбора абитуриентов.

**Программа проведения вступительного испытания «Физическая культура»
по специальностям 40.02.02 Правоохранительная деятельность
и 49.02.01 Физическая культура**

1. Вступительные испытания по «Физической культуре» проводятся в форме сдачи нормативов физической подготовки.
2. К вступительным испытаниям по «Физической культуре» допускаются абитуриенты, сдавшие в Приемную комиссию медицинскую справку с записью «Годеи обучаться по специальности Физическая культура, медицинские противопоказания не выявлены, группа здоровья основная».
3. При прохождении вступительных испытаний по «Физической культуре» абитуриенты должны иметь спортивную форму.
4. Результаты вступительных испытаний оцениваются по пятибалльной системе. По результатам вступительных испытаний по «Физической культуре», абитуриенту, сдавшему вступительное испытание на 5 баллов - к среднему баллу аттестата добавляется 0,5 балла, на 4 балла - 0,4 балла, на 3 балла - 0,3 балла, менее 3 баллов - не допускаются к зачислению.
5. Успешное прохождение вступительных испытаний подтверждает наличие у поступающих определенных физических и (или) психологических качеств, необходимых для обучения по соответствующей образовательной программе СПО.
6. Вступительные испытания по «Физической культуре» включают в себя испытания по легкой атлетике: бег 100 м (юноши и девушки) или челночный бег в зале 4*9м, и общей физической подготовке (далее по тексту – ОФП), которые проводятся и оцениваются в соответствии с правилами соревнований по видам спорта (Нормативы оценивания: Приложение 1).
7. Итоговый результат по «Физической культуре» определяется на основании 3-х контрольных испытаний: 1 из легкой атлетики и 2 из общей физической подготовки (ОФП).
8. Результаты, показанные абитуриентами, заносятся в протокол.
9. Испытания по «Физической культуре» проводятся по адресу: ул. Степаняна, 2А, на стадионе ГБОУПО «СевМК», или в случае плохой погоды – в спортивном зале.
10. Абитуриенты, опоздавшие к началу испытаний, могут быть допущены к выполнению нормативов по решению председателя экзаменационной комиссии после основного потока поступающих.
11. Все контрольные испытания принимаются не менее чем двумя экзаменаторами. На выполнение дается одна попытка.
12. За 20 минут до начала испытаний всем абитуриентам предоставляется возможность выполнить подготовительную часть (разминку).

Условия положительного результата испытания профессиональной направленности:

1. Вступительное испытание по физической подготовке засчитывается при условии выполнения абитуриентом всех трех нормативов не ниже критического порога по каждому упражнению.
2. Если результат выполнения хотя бы одного упражнения ниже минимального, за вступительное испытание начисляется 0 (ноль) баллов.

Структура испытательных нормативов.

№	Виды испытаний
<i>Легкая атлетика</i>	
1	Бег 100 м (юноши и девушки) (или Челночный бег 4*9м (юноши и девушки))
<i>Общая физическая подготовка</i>	
2	Подтягивание из виса на высокой перекладине (юноши) Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (девушки)
3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (юноши и девушки)

Легкая атлетика

1. Бег 100 м. (с любого вида старта)

(или, в случае плохой погоды) Челночный бег 4*9м. Требования к выполнению: на отрезке дистанции в 9 м выполнить бег, резко останавливаясь в конце отрезка с разворотом на 180°

Общая физическая подготовка

2. (Для юношей). Подтягивание из виса (сгибание и разгибание рук в висе хватом сверху) на высокой перекладине. Требование к выполнению: хват сверху на ширине плеч, без перехватов, без рывков и размахиваний, ноги вместе прямые, подбородок выше уровня грифа. (Для девушек). Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу. Требование к выполнению: руки в упоре на ширине плеч, туловище прямое, опускание груди до касания грудью контрольного предмета.

3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (2 попытки). Требование к выполнению: без заступа линии. Результат засчитывается по крайней точке касания пола. Засчитывается лучший результат.

Нормативы физической подготовки Испытания по физической культуре (юноши)

№ п/п	Вид испытания	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
1	Бег 100м (сек)	13,8	14,3	14,6
2	Подтягивание на высокой перекладине (раз)	15	12	10
3	Прыжок в длину с места (2 попытки) (раз)	240	230	215

Испытания по физической культуре (девушки)

№ п/п	Вид испытания	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
1	Бег 100м (сек)	16,3	17,6	18,0
2	Сгибание, разгибание рук в упоре лежа на полу (раз)	20	15	10
3	Прыжок в длину с места (2 попытки) (см)	190	175	165

Интервалы между упражнениями составляют не менее 15 минут.

Челночный бег 4х9 м.

Юноши

№ п/п	Вид испытания	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
1	Челночный бег 4х9м (сек)	8,8	9,2	9,6

Девушки

№ п/п	Вид испытания	Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»
1	Челночный бег 4х9м (сек)	10,0	10,4	10,8

Программа проведения вступительного «Испытания профессиональной направленности (собеседования)» по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность

1. Вступительное «Испытание профессиональной направленности (собеседование)» проводится с целью выявления у абитуриентов субъективно-личностных и психологических качеств, необходимых для обучения по программе специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

Способность к правоохранительной деятельности - системная характеристика личности.

В соответствии с основополагающими принципами юридической психологии способность к правоохранительной деятельности определяется следующими свойствами личности:

- ✓ социально-мотивационные качества (жизненные ориентации, уровень социальной ответственности личности);
- ✓ профессионально-мотивационные качества (мотивы выбора профессии
- ✓ сотрудника правоохранительных органов и его ценностные ориентации);
- ✓ правосознание;
- ✓ морально-психологическая подготовленность;
- ✓ деловые качества (волевые, организаторские);
- ✓ познавательные психические процессы (мышление, внимание, память и др.);
- ✓ психофизиологические свойства.

Приоритетными для оценки способностей конкретного гражданина к правоохранительной деятельности выступают его мотивация, духовно-нравственные качества, правосознание и психологические особенности. Негативные характеристики этих составляющих являются основанием для противопоказания к такой деятельности.

В процессе собеседования определяются профессиональные качества абитуриента, их соответствие квалификационным характеристикам избранной специальности.

2. Вступительное испытание проводится в форме индивидуального собеседования. Индивидуальное собеседование проводит экзаменационная комиссия в составе 3 человек в отдельном кабинете с ведением краткого протокола. Состав экзаменационной комиссии утверждается приказом директора ГБОУПО «СевМК». Протокол завершается одним из следующих выводов о пригодности к правоохранительной профессиональной деятельности:

- **зачтено;**
- **не зачтено.**

Оценка «зачтено» выносится лицам, в отношении которых специалисты предполагают наличие таких индивидуальных качеств, которые обеспечивают адаптацию личности к условиям и характеру предстоящей деятельности.

При этом качественные показатели личности абитуриента должны соответствовать следующим основным параметрам:

- интеллектуальные качества абитуриента позволяют грамотно и логично излагать содержание вопроса собеседования, приводить аргументы, обосновывающие собственную позицию по заданной теме. Материал излагается полно и достаточно, из общего объема знаний выделяется необходимая информация для ответа на поставленные вопросы. Абитуриент демонстрирует самостоятельность выбора способа решения и прогнозирования развития ситуации.

- Стрессоустойчивость абитуриента демонстрирует эмоциональную устойчивость, способность к самоконтролю и самостоятельной коррекции поведения в соответствии с достигнутым результатом, реакцией окружающих, изменением обстановки и задач в различных ситуациях;
- мотивационная направленность проявляется в том, что абитуриент демонстрирует мотивацию к обучению по данной специальности: понимает цели профессиональной деятельности, ее специфические особенности.
- коммуникативные качества должны обеспечивать стиль общения, адекватный специфике конкретной профессиональной деятельности.

Оценка «не зачтено» выносится лицам, имеющим низкую мотивацию к профессиональной деятельности; негативные личностные особенности; асоциальные формы поведения, препятствующие успешному осуществлению профессиональной деятельности.

На каждого абитуриента, выполнившего задание, оформляется протокол.

Протокол вступительного «Испытания профессиональной направленности (собеседования)»

ФИО абитуриента					
Код специальности	40.02.02 Правоохранительная деятельность				
Наименование критерия	Критерий	Результат, зачтено/ не зачтено			
ЧЛЕНЫ КОМИССИИ:		1	2	3	
Интеллектуальные качества абитуриента	Абитуриент грамотно и логично изложил содержание вопроса собеседования, привёл аргументы, обосновывающие собственную позицию по заданной теме. Материал изложен полно и достаточно, из общего объема знаний выделена необходимая информация для ответа на поставленные вопросы. Абитуриент демонстрирует самостоятельность выбора способа решения и прогнозирования развития ситуации.				
Мотивация абитуриента к обучению по избранной специальности	Абитуриент демонстрирует мотивацию к обучению по данной специальности: понимает цели профессиональной деятельности, ее специфические особенности.				
Стрессоустойчивость абитуриента	Абитуриент проявил эмоциональную устойчивость, способность к самоконтролю и самостоятельной коррекции поведения в соответствии с достигнутым результатом, реакцией окружающих, изменением обстановки и задач.				
Коммуникативные качества абитуриента	Абитуриент демонстрирует стиль общения, адекватный специфике конкретной профессиональной деятельности.				
ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ИСПЫТАНИЯ					
ИТОГОВЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ИСПЫТАНИЯ					
ЧЛЕНЫ КОМИССИИ:					
1. _____					
2. _____					
3. _____					

Условия положительного результата «Испытания профессиональной направленности (собеседования)»:

Абитуриент считается прошедшим испытание, если он достаточно полно и всесторонне изложил материал по вопросам, сумел из общего объема знаний выделить необходимое для ответа именно на поставленные вопросы, грамотно, логично изложил свои знания, привёл соответствующие аргументы, проявил эмоциональную устойчивость.

Промежуточный результат «зачтено» выставляется в случае наличия результата «зачтено» не менее чем по трём критериям у каждого члена комиссии;

Итоговый результат «зачтено» выставляется в случае наличия промежуточного результата «зачтено» не менее чем у двух членов комиссии (испытание профессиональной направленности считается пройденным).

Абитуриент, получивший по результатам «Испытания профессиональной направленности (собеседования)» оценку «не зачтено» не рекомендуется к зачислению по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность.

Примерные вопросы для собеседования:

1. Что или кто повлияли на ваше решение поступить на специальность «Правоохранительная деятельность»?
2. Какие способности, по-вашему мнению, необходимы сотруднику правоохранительных органов?
3. Основы Конституционного строя.
4. Отрасли российского законодательства, их разновидности.
5. Права, свободы и обязанности гражданина РФ.
6. Юридическая ответственность и ее виды (приведите примеры).
7. Понятие и виды правоохранительных органов.
8. Право в системе социального регулирования.
9. Понятие и признаки государства.
10. Государственная власть, три ветви власти.
11. Органы государства: понятие, виды, принципы организации и деятельности.
12. Принципы судопроизводства.
13. Права и обязанности сотрудника полиции.
14. Правосознание: понятие, структура. Правосознание юристов.
15. Уголовное право РФ как отрасль права: понятие, правовые основы.
16. Административное право РФ как отрасль права: понятие, правовые основы.
17. Конституционное право РФ как отрасль права: понятие, правовые основы.
18. Гражданское право РФ как отрасль права: понятие, правовые основы.
19. Семейное право РФ как отрасль права: понятие, правовые основы.
20. Трудовое право РФ как отрасль права: понятие, правовые основы.
21. Решение логических задач.

Литература для подготовки к вступительному испытанию:

1. Учебник обществознания 9 класс;
2. Нормативно-правовые акты: Конституция РФ

Программа проведения вступительного «Испытания профессиональной направленности (собеседования)» по специальности 49.02.01 Физическая культура

1. Вступительное «Испытание профессиональной направленности (собеседование)» проводится с целью выявления у абитуриентов субъективно-личностных и психологических качеств, необходимых для освоения образовательной программы среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Вступительное испытание направлено на определение освоения требований к предметным результатам в области физической культуры, программы по предмету «Физическая культура», изучаемой при освоении общеобразовательной программы.

Приоритетными для оценки способностей конкретного гражданина к обучению по специальности 49.02.01 Физическая культура, выступают его мотивация, духовно-нравственные качества и психологические особенности. Негативные характеристики этих составляющих являются основанием для противопоказания к такой деятельности.

В процессе собеседования определяются профессиональные качества абитуриента, их соответствие квалификационным характеристикам избранной специальности.

Поступающие, освоившие основную образовательную программу основного общего образования должны:

- 1) иметь сформированные привычки к здоровому образу жизни и занятиям физической культурой;
- 2) уметь планировать самостоятельные занятия физической культурой и строить индивидуальные программы оздоровления и физического развития;
- 3) уметь отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью с учетом индивидуальных возможностей и особенностей обучающихся, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- 4) организовывать самостоятельные систематические занятия физическими упражнениями с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- 5) уметь оказывать первую помощь при травмах (например: извлечение и перемещение пострадавших, проведение иммобилизации с помощью подручных средств, выполнение осмотра пострадавшего на наличие наружных кровотечений и мероприятий по их остановке);
- 6) уметь проводить мониторинг физического развития и физической подготовленности, наблюдение за динамикой развития своих физических качеств и двигательных способностей, оценивать состояние организма и определять тренирующее воздействие занятий физическими упражнениями, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- 7) уметь выполнять комплексы общеразвивающих и корригирующих упражнений;
- 8) владеть основами технических действий и приемами различных видов спорта, их использование в игровой и соревновательной деятельности;
- 9) уметь повышать функциональные возможности систем организма при подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

2. Вступительное испытание проводится в форме индивидуального собеседования. Индивидуальное собеседование проводит экзаменационная комиссия в составе 3 человек в отдельном кабинете с ведением краткого протокола. Состав экзаменационной комиссии утверждается приказом директора ГБОУПО «СевМК». Протокол завершается одним из следующих выводов о пригодности к правоохранительной профессиональной деятельности:

- **зачтено;**
- **не зачтено.**

Оценка «зачтено» выносится лицам, в отношении которых специалисты предполагают наличие таких индивидуальных качеств, которые обеспечивают адаптацию личности к условиям и характеру предстоящей деятельности.

При этом качественные показатели личности абитуриента должны соответствовать следующим основным параметрам:

- интеллектуальные качества абитуриента позволяют грамотно и логично излагать содержание вопроса собеседования, приводить аргументы, обосновывающие собственную позицию по заданной теме. Материал излагается полно и достаточно, из общего объема знаний выделяется необходимая информация для ответа на поставленные вопросы. Абитуриент демонстрирует самостоятельность выбора способа решения и прогнозирования развития ситуации.
- Стрессоустойчивость абитуриента демонстрирует эмоциональную устойчивость, способность к самоконтролю и самостоятельной коррекции поведения в соответствии с достигнутым результатом, реакцией окружающих, изменением обстановки и задач в различных ситуациях;
- мотивационная направленность проявляется в том, что абитуриент демонстрирует мотивацию к обучению по данной специальности: понимает цели профессиональной деятельности, ее специфические особенности.
- коммуникативные качества должны обеспечивать стиль общения, адекватный специфике конкретной профессиональной деятельности.

Оценка «не зачтено» выносится лицам, имеющим низкую мотивацию к профессиональной деятельности; негативные личностные особенности; асоциальные формы поведения, препятствующие успешному осуществлению профессиональной деятельности. На каждого абитуриента, выполнившего задание, оформляется протокол.

Протокол вступительного «Испытания профессиональной направленности (собеседования)»

ФИО абитуриента					
Код специальности	49.02.01 Физическая культура				
Наименование критерия	Критерий	Результат, зачтено/ не зачтено			
ЧЛЕНЫ КОМИССИИ:		1	2	3	
Интеллектуальные качества абитуриента	Абитуриент грамотно и логично изложил содержание вопроса собеседования привёл аргументы, обосновывающие собственную позицию по заданной теме. Материал изложен полно и достаточно, из общего объема знаний выделена необходимая информация для ответа на поставленные вопросы. Абитуриент демонстрирует самостоятельность выбора способа решения и прогнозирования развития ситуации.				

Мотивация абитуриента к обучению по избранной специальности	Абитуриент демонстрирует мотивацию к обучению по данной специальности: понимает цели профессиональной деятельности, ее специфические особенности.			
Стрессоустойчивость абитуриента	Абитуриент проявил эмоциональную устойчивость, способность к самоконтролю и самостоятельной коррекции поведения в соответствии с достигнутым результатом, реакцией окружающих, изменением обстановки и задач.			
Коммуникативные качества абитуриента	Абитуриент демонстрирует стиль общения, адекватный специфике конкретной профессиональной деятельности.			
ПРОМЕЖУТОЧНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ИСПЫТАНИЯ				
ИТОГОВЫЙ РЕЗУЛЬТАТ ИСПЫТАНИЯ				
ЧЛЕНЫ КОМИССИИ:				
1. _____				
2. _____				
3. _____				

Условия положительного результата «Испытания профессиональной направленности (собеседования)»:

Абитуриент считается прошедшим испытание, если он достаточно полно и всесторонне изложил материал по вопросам, сумел из общего объема знаний выделить необходимое для ответа именно на поставленные вопросы, грамотно, логично изложил свои знания, привёл соответствующие аргументы, проявил эмоциональную устойчивость.

Промежуточный результат «зачтено» выставляется в случае наличия результата «зачтено» не менее чем по трём критериям у каждого члена комиссии;

Итоговый результат «зачтено» выставляется в случае наличия промежуточного результата «зачтено» не менее чем у двух членов комиссии (испытание профессиональной направленности считается пройденным).

Абитуриент, получивший по результатам «Испытания профессиональной направленности (собеседования)» оценку «не зачтено» не рекомендуется к зачислению по специальности 49.02.01 Физическая культура.

Примерные вопросы для собеседования:

1. Значение современного олимпийского движения.
2. История, девиз и символика Олимпийских игр.
3. Участие российских спортсменов - олимпийцев в развитии олимпийского движения в России и в мире.
4. История современных Олимпийских игр. Российские спортсмены – чемпионы Олимпийских игр.
5. Роль и значение физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
6. Методы самоконтроля состояния здоровья и физического развития.
7. Здоровый образ жизни и его основные элементы: сознательный отказ от вредных привычек.
8. Здоровый образ жизни и его основные элементы: соблюдение личной гигиены, сбалансированное питание, оптимальный режим труда и отдыха.

9. Здоровый образ жизни и его основные элементы: двигательная активность, сохранение и мобилизация функциональных резервов организма, духовнонравственное совершенствование.
10. Физическая культура и ее роль в формировании здорового образа жизни.
11. История развития Всесоюзного физкультурного комплекса «Готов к труду и обороне».
12. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»: цели, задачи, принципы.
13. Виды испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».
14. Основные причины травматизма во время занятий физической культурой.
15. Задачи, которые решает режим дня. Особенности его организации для обучающихся.
16. Механизм воздействия физкультурминутки на динамику общей работоспособности обучающегося в течение дня. Примеры.
17. Осанка и значение правильной осанки для жизнедеятельности человека. Влияние занятий физическими упражнениями на телосложение человека.
18. Основные изменения, происходящие в организме человека в результате систематических занятий физическими упражнениями.
19. Характеристика основных мер по предупреждению травматизма во время занятий физическими упражнениями (требования к месту проведения занятий, инвентарю, одежде, гигиене тела, контролю за физической нагрузкой)
20. Влияние занятий физической культурой на отказ от вредных привычек.
21. Основы самоконтроля при занятиях физическими упражнениями. Признаки утомления при занятиях физическими упражнениями.
22. Правила техники безопасности в спортивном зале и на спортивной площадке.
23. Требования к одежде, обуви, спортивному инвентарю и оборудованию при занятиях физическими упражнениями.
24. Правила составления комплекса утренней гигиенической гимнастики.
25. Физкультурно-оздоровительные мероприятия, проводимые в образовательных организациях и их значение.

Перечень рекомендуемых учебных изданий и Интернет-ресурсов,
для подготовки к вступительному испытанию.

Основные источники:

1. Лях В.И. Программы общеобразовательных учреждений: комплексная программа по физическому воспитанию: 1–11 кл. / В.И. Лях, А.А. Зданевич; под общ.ред. В.И. Ляха. М.: Просвещение, 2022.
2. Физическая культура. 5–9 классы / под ред. Г. И. Мейксона. – М.: Просвещение, 2019.

Интернет ресурсы:

1. Официальный сайт Министерства спорта, туризма и молодежной политики Российской Федерации: Web: <http://minstm.gov.ru>.
2. Федеральный портал «Российское образование»: Web: <http://www.edu.ru>.
3. Национальная информационная сеть «Спортивная Россия»
Web:<http://www.infosport.ru/xml/t/default.xml>
4. Официальный сайт Олимпийского комитета России Web: www.olympic.ru.