

УТВЕРЖДАЮ  
Первый заместитель Министра  
образования Республики Беларусь  
В. А. Богуш  
.2018

**УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГОМЕЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ ФРАНЦИСКА СКОРИНЫ»**

**ПРОГРАММА  
ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И СПОРТ»  
для абитуриентов  
специальности 1 – 03 02 01 «Физическая культура»**

Гомель 2018

## ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Программа вступительных испытаний для абитуриентов учреждения образования «Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины» разработана в соответствии с Правилам 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».

Содержание вступительных испытаний соответствует образовательному стандарту общего среднего образования и учебной программе для учреждений общего среднего образования «Физическая культура и здоровье V-XI классы» (Минск, НИО, 2012).

Организация вступительных испытаний обеспечивает выполнение Правил безопасности занятий физической культурой и спортом (постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 06.10.2014 № 61). На всем протяжении вступительных испытаний организуется присутствие медицинского работника.

К выполнению вступительных испытаний допускаются абитуриенты, прошедшие медицинское обследование и предоставившие в приемную комиссию УВО медицинскую справку о состоянии здоровья по форме, установленной постановлением Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 09.07.2010 г. №92.

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

Программу вступительных испытаний составляют пять контрольных упражнений, определяющих уровень как физической, так и технической подготовленности абитуриента (далее – контрольные упражнения).

Вступительные испытания проводятся в практической форме в виде соревнований в течение двух дней подряд.

В программе первого дня: плавание 50 м.

В программе второго дня: прыжок в длину с места; челночный бег 4x9 м; подтягивание на перекладине (юноши), поднимание туловища за 1 минуту (девушки); бег 30 м.

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

Абитуриенты, которые не смогли явиться на вступительные испытания по уважительным причинам (болезнь или другие непредвиденные обстоятельства, препятствующие участию во вступительных испытаниях, подтвержденные документально), а также получившие травму во время их выполнения, подтвержденную документально, по решению приемной комиссии высшего учебного заведения допускаются к их сдаче в пределах сроков, определенных расписанием вступительных испытаний.

Абитуриенты, не явившиеся без уважительной причины (заболевания или другие независимые 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 100-балльной шкале на

вступительном испытании по дисциплине «Физическая культура и спорт», к повторной сдаче вступительного испытания, участию в конкурсе на очную и заочную формы получения высшего образования по данной специальности не допускаются.

### **ПЕРЕЧЕНЬ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ И ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**

№ п/п	Наименование специальности	Испытания
1	1-03 02 01 Физическая культура (дневная форма обучения)	Белорусский (русский) язык (ЦТ), Физическая культура и спорт, Биология (ЦТ)
2	1-03 02 01 Физическая культура (заочная форма обучения)	Белорусский (русский) язык (ЦТ), Физическая культура и спорт, Биология (ЦТ)
3	1-03 02 01 Физическая культура (заочная сокращенная форма обучения)	Физическая культура и спорт, Теория и методика физического воспитания и спортивной тренировки (письменно).

### **ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ** **Контрольные упражнения**

#### **Юноши:**

1. Плавание 50 м;
2. Прыжок в длину с места;
3. Челночный бег 4х9 м;
4. Подтягивание на перекладине;
5. Бег 30 м.

#### **Девушки:**

1. Плавание 50 м;
2. Прыжок в длину с места;
3. Челночный бег 4х9 м;
4. Поднимание туловища за 1 минуту;
5. Бег 30 м.

## **УСЛОВИЯ И СПОСОБЫ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ**

**Плавание 50 м** (вольный стиль) выполняется любым стилем, разрешено комбинировать способы плавания. Если один или несколько абитуриентов стартуют преждевременно, то все участники заплыва возвращаются, и старт повторяется. Участник или участники, допустившие фальстарт во втором заплыве, дисквалифицируются, но заплыв не возвращается. Абитуриент, ставший на дно бассейна, не снимается с соревнований, если он не передвигается (идет) по дну. Абитуриент должен проплыть всю дистанцию по поверхности воды. Плавание под водой разрешается не более чем на 15 м от стартовой стенки и от любого поворотного щита. Предметная комиссия несет ответственность за безопасность абитуриентов в ходе экзамена, и должна принять необходимые меры для оказания помощи на воде. В случае отсутствия результата или отказа от выполнения контрольного упражнения абитуриенту выставляется отметка «0» (ноль) баллов.

**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. В случае отсутствия результата или отказа от выполнения контрольного упражнения абитуриенту выставляется отметка «0» (ноль) баллов.

**Челночный бег 4х9 м** выполняется на спортивной площадке. Количество участников в одном забеге – не более 2 человек. Каждому абитуриенту предоставляется две попытки подряд. Результат бега измеряется с точностью до 0,1 секунды. Засчитывается лучший результат из двух попыток. В случае отсутствия результата или отказа от выполнения контрольного упражнения абитуриенту выставляется отметка «0» (ноль) баллов.

**Подтягивание на перекладине** 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. В случае отсутствия результата или отказа от выполнения контрольного упражнения абитуриенту выставляется отметка «0» (ноль) баллов.

**Поднимание туловища за 1 минуту** 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. В случае отсутствия результата или отказа от выполнения контрольного упражнения абитуриенту выставляется отметка «0» (ноль) баллов.

**Бег 30 м** 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. В случае отсутствия результата или отказа от выполнения контрольного упражнения абитуриенту выставляется отметка «0» (ноль) баллов.

### **ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**

Результат каждого контрольного упражнения оценивается по десятибалльной шкале. Критерии оценки контрольных упражнений представлены в таблице 1 и 2. Баллы, полученные абитуриентом в каждом из пяти контрольных упражнений, суммируются для подсчета средней арифметической величины с умножением полученного результата на 10 и выставлением итоговой отметки в экзаменационный лист.

Абитуриенты, получившие итоговую отметку 30 (тридцать) баллов и ниже по 100-балльной шкале на вступительном испытании по дисциплине «Физическая культура и спорт», к повторной сдаче вступительного испытания, участию в конкурсе на очную и заочную формы получения высшего образования по данной специальности не допускаются.

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

1. Секундомеры;
2. Измерительная линейка, рулетка;
3. Маты гимнастические;
4. Перекладина гимнастическая;
5. Кубики для челночного бега (50х50х100 мм).

Председатель предметной комиссии  
по специальности «Физическая культура»  
старший преподаватель

А.С. Малиновский

СОГЛАСОВАНО

Ректор учреждения образования  
«Гомельский государственный  
университет имени Ф.Скорины»

С.А. Хахомов

.02.2018

Таблица 1

### 10-БАЛЛЬНАЯ ШКАЛА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

к вступительным испытаниям по дисциплине «Физическая культура и спорт»  
при поступлении на специальность «Физическая культура»

Контрольные упражнения	БАЛЛЫ									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<b>ЮНОШИ</b>										
Подтягивание на перекладине (раз)	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 4х9 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

Таблица 2

### 10-БАЛЛЬНАЯ ШКАЛА ОЦЕНКИ РЕЗУЛЬТАТОВ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

к вступительным испытаниям по дисциплине «Физическая культура и спорт»  
при поступлении на специальность «Физическая культура»

Контрольные упражнения	БАЛЛЫ									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
<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 4х9 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