

МІНІСТЭРСТВА АДУКАЦЫІ
РЭСПУБЛІКІ БЕЛАРУСЬ

вул. Сапегіна, 9
220010, г. Мінск
тэл. 327-47-36, факс 200-84-83
E-mail: root@minedu.unibel.by



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ
РЕСПУБЛИКИ БЕЛАРУСЬ

ул. Советская, 9
220010, г. Минск
тел. 327-47-36, факс 200-84-83
E-mail: root@minedu.unibel.by

09.12.2014 № У-08-19/129

На № _____ от _____

Руководителям органов
государственного управления и
организаций, имеющих в подчинении
учреждения высшего образования

Ректорам учреждений высшего
образования

Министерство образования информирует, что программы вступительных испытаний для лиц, имеющих общее среднее образование и поступающих в 2015 году для получения высшего образования I ступени, по учебным предметам "Беларуская мова", "Беларуская літаратура", "Русский язык", "Русская литература", "Физика", "Математика", "Химия", "Биология", "География", "Гісторыя Беларусі", "Всемирная история новейшего времени", "Обществоведение", "Иностранный язык (английский, французский, немецкий, испанский)", утверждены приказом Министра образования от 16.10.2014 № 779 (далее – Приказ) и размещены на сайте Министерства образования <http://www.edu.gov.by/>: Система образования → Управление высшего образования → Прием 2015.

Указанные программы должны быть использованы при организации работы подготовительных курсов (отделений) учреждений высшего образования (далее – УВО) по подготовке к централизованному тестированию лиц, поступающих в 2015 году для получения высшего образования I ступени, а также для разработки (не позднее 12 марта 2015 года) программ вступительных испытаний по учебному предмету "Литература (русская, белорусская)" (в соответствии с частью первой пункта 16 Правил приема лиц для получения высшего образования I ступени, утвержденных Указом Президента Республики Беларусь от 07.02.2006 № 80, далее – Правила приема).

На основании пункта 20 Правил приема и подпункта 4.1 пункта 4 Приказа УВО, подчиненным Министерству образования, необходимо разработать и не позднее 12 марта 2015 года предоставить в Министерство образования для утверждения программы профильных испытаний по дисциплине "Творчество" для специальностей архитектуры, журналистики, культуры и искусства, а также по

дисциплине "Физическая культура и спорт". При этом, реквизит "Гриф утверждения" необходимо обозначать в соответствии с пунктом 52 (для документа, составленного не на бланке) постановления Министерства юстиции от 19.01.2009 г. № 4 "Об утверждении инструкции по делопроизводству в государственных органах, иных организациях" (далее – Инструкция). Должностное лицо, утверждающее программы вступительных испытаний, – заместитель Министра образования В.А.Будкевич.

На основании пункта 20 Правил приема и подпункта 4.2 пункта 4 Приказа УВО, подчиненным республиканским органам государственного управления, иным организациям (далее – учредители), а также частным УВО, необходимо разработать и не позднее 12 марта 2015 года предоставить в Министерство образования для согласования программы профильных испытаний по дисциплине "Творчество" для специальностей архитектуры, журналистики, культуры и искусства, а также по дисциплине "Физическая культура и спорт". При этом, реквизит "Гриф согласования" необходимо обозначать на лицевой стороне последнего листа программы в соответствии с пунктом 60 Инструкции. Должностное лицо, согласовывающее программы вступительных испытаний, – заместитель Министра образования В.А.Будкевич. Реквизит "Гриф утверждения" необходимо обозначать в соответствии с пунктом 52 Инструкции. Должностное лицо, утверждающее программы – представитель учредителя.

Программы вступительных испытаний по учебному предмету "Литература (русская, белорусская)", профильных испытаний по дисциплине "Творчество" для специальностей архитектуры, журналистики, культуры и искусства, а также по дисциплине "Физическая культура и спорт" должны быть утверждены и доведены до общественности (в частности, размещены на сайтах УВО) не позднее 16 апреля 2015 года. Программы вступительных испытаний по учебному предмету "Литература (русская, белорусская)" утверждаются руководителями УВО.

Обращаем внимание, что программы вступительных испытаний для лиц, поступающих для получения высшего образования I ступени в сокращенный срок на основе среднего специального образования, должны быть разработаны, утверждены руководителями УВО и доведены до общественности (размещены на сайтах УВО) не позднее 16 апреля 2015 года.

Дополнительно информируем, что для оказания методической поддержки УВО при разработке программ профильных испытаний по

дисциплине "Физическая культура и спорт" учреждением "Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов" разработаны Методические рекомендации по организации вступительных испытаний по дисциплине "Физическая культура и спорт" для лиц, поступающих в 2015 году для получения высшего образования I ступени в дневной и заочной формах получения образования (далее – Методические рекомендации).

Приказ, Инструкция, Методические рекомендации размещены на сайте Министерства образования <http://www.edu.gov.by/>: Система образования → Управление высшего образования → Прием 2015.

- Приложения: 1. Перечень УВО, планирующих в 2015 году проведение профильных испытаний по дисциплине "Творчество" для специальностей архитектуры, журналистики, культуры и искусства на 1 л. в 1 экз.
2. Перечень УВО, планирующих в 2015 году проведение профильных испытаний по дисциплине "Физическая культура и спорт" на 1 л. в 1 экз.
3. Методические рекомендации по организации вступительных испытаний по дисциплине "Физическая культура и спорт" для лиц, поступающих в 2015 году для получения высшего образования I ступени в дневной и заочной формах получения образования на 1 л. в 1 экз.

Первый заместитель Министра



В.А.Богуш

Приложение I
к письму Министерства образования
от 09.12.2014 № У-02-18/139

Перечень УВО, планирующих в 2015 году проведение профильных испытаний по дисциплине "Творчество" для специальностей архитектуры, журналистики, культуры и искусства:

1. Белорусская государственная академия искусств
2. Белорусская государственная академия музыки
3. Барановичский государственный университет
4. Белорусский государственный университет
5. Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка
6. Белорусский государственный университет культуры и искусств
7. Белорусский государственный университет транспорта
8. Белорусский национальный технический университет
9. Брестский государственный университет имени А.С.Пушкина
10. Брестский государственный технический университет
11. Витебский государственный технологический университет
12. Витебский государственный университет имени П.М.Машерова
13. Гродненский государственный университет имени Янки Купалы
14. Институт современных знаний имени А. М.Широкова
15. Могилевский государственный университет имени А.А.Кулешова
16. Мозырский государственный педагогический университет имени И.П.Шамякина
17. Минский университет управления
18. Полоцкий государственный университет

Приложение 2
к письму Министерства образования
от 09.12.2014 № У-08-19/129

Перечень УВО, планирующих в 2015 году проведение профильных испытаний по дисциплине "Физическая культура и спорт":

1. Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка
2. Белорусский государственный технологический университет
3. Белорусский государственный университет физической культуры
4. Брестский государственный университет имени А.С.Пушкина
5. Витебский государственный университет имени П.М.Машерова
6. Гомельский государственный университет имени Франциска Скорины
7. Гродненский государственный университет имени Янки Купалы
8. Могилевский государственный университет имени А.А.Кулешова
9. Мозырский государственный педагогический университет имени И.П.Шамякина
10. Полоцкий государственный университет
11. Полесский государственный университет

Методические рекомендации по организации вступительных испытаний по учебному предмету "Физическая культура и спорт" для лиц, поступающих в 2015 году для получения высшего образования I ступени в дневной и заочной формах получения образования

1. Общие положения

Методические рекомендации по организации вступительных испытаний по учебному предмету "Физическая культура и спорт" для лиц, поступающих в 2015 году для получения высшего образования I ступени в дневной и заочной формах получения образования (далее – методические рекомендации) адресованы приемным комиссиям учреждений высшего образования (далее – УВО) для оказания методической помощи в организации профильных вступительных испытаний по учебному предмету "Физическая культура и спорт" для абитуриентов всех форм получения высшего образования (далее – вступительные испытания), поступающих на группы специальностей 03 02 "Образование в области физической культуры", 88 01 "Физическая культура", 88 02 "Спорт", 89 02 "Туризм".

Методические рекомендации разработаны в целях исполнения приказа Министра образования Республики Беларусь от 16.10.2014 г. № 779 "Об утверждении программ вступительных испытаний в учреждения высшего образования I ступени и среднего специального образования в 2015 году", в соответствии с Правилами приема лиц для получения высшего образования I ступени, утвержденными Указом Президента Республики Беларусь от 07.02.2006 г. № 80 (в редакции Указа Президента Республики Беларусь от 20.03.2014 г. № 130) и постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 01.07.2014 г. № 91 "О вступительных испытаниях при поступлении на I ступень высшего образования в 2015 году".

Вступительные испытания организуются и проводятся в практической форме в виде соревнований с соблюдением Правил безопасности занятий физической культурой и спортом (постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 06.10.2014 № 61). Спортивные сооружения, на которых организуются вступительные испытания, должны соответствовать санитарным нормам и правилам "Требования к устройству и эксплуатации физкультурно-спортивных сооружений" (постановление 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“ (постановление 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 предоставившие в приемную комиссию УВО медицинскую справку о состоянии здоровья по форме, установленной Министерством здравоохранения Республики Беларусь (постановление Министерства здравоохранения Республики Беларусь от 9 июля 2010 г. № 92).

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

Программа вступительных испытаний должна соответствовать 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, 2012) (сайт Научно-методического учреждения ”Национальный институт образования“ <http://www.adu.by>)

Программу вступительных испытаний составляют шесть контрольных упражнений, позволяющих определить уровень физической подготовленности и развития двигательных качеств абитуриента (далее – контрольные упражнения).

Порядок (последовательность) выполнения контрольных упражнений определяется предметной экзаменационной комиссией УВО. Перед началом выполнения каждого контрольного упражнения абитуриентам предоставляется не менее 10 минут для разминки.

Результат каждого контрольного упражнения оценивается по 10-балльной шкале согласно таблице 1. 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 учебному предмету ”Физическая культура и спорт“ рассчитывается как средняя арифметическая величина суммарного количества баллов, полученных абитуриентом по каждому из шести контрольных упражнений, и определяется путем соотношения по таблице 2.

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 по

учебному предмету "Физическая культура и спорт" (без сдачи вступительного испытания).

Абитуриенты, не явившиеся без уважительной причины (заболевание или другие независящие от абитуриента обстоятельства, не подтвержденные документально) на вступительные испытания по учебному предмету "Физическая культура и спорт", или получившие итоговые отметки 0 (ноль), 1 (один), 2 (два) балла по десятибалльной шкале на вступительном испытании, к участию в конкурсе на очную и заочную формы получения высшего образования по данной специальности в данном УВО 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 вступительных испытаний.

2. Программа вступительных испытаний

Для абитуриентов, поступающих на группы специальностей 03 02 "Образование в области физической культуры", 88 01 "Физическая культура", 89 02 "Туризм", программа вступительных испытаний включает в себя шесть контрольных упражнений, из которых:

четыре по выбору УВО из шести представленных ниже контрольных упражнений:

1. бег 30 м;
2. наклон вперед из исходного положения "сидя на полу" или из исходного положения "стоя на гимнастической скамейке";
3. подтягивание в висе на перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (юноши);
поднимание туловища за 1 минуту или поднимание и опускание прямых ног за 1 минуту (девушки);
4. челночный бег 4 x 9 м или прыжки через короткую скакалку за 1 минуту;
5. прыжок в длину с места (юноши и девушки) или тройной прыжок с места толчком двумя ногами (юноши), бросок набивного мяча из-за головы двумя руками из исходного положения "сидя ноги врозь" (девушки);
6. бег 1000 м или 6-минутный бег (девушки), бег 1500 м или 6-минутный бег (юноши);

два по выбору УВО из пяти представленных ниже контрольных упражнений:

1. бег 100 м;

2. прыжок в длину с разбега;
3. прыжок в высоту с разбега;
4. метание мяча 150г (девушки), метание гранаты 700 г (юноши);
5. плавание 50 м.

В программу вступительных испытаний абитуриентов, поступающих на группу специальностей 88 02 "Спорт", входят шесть контрольных упражнений, из которых:

три по выбору УВО из шести представленных ниже контрольных упражнений:

1. бег 30 м;
2. наклон вперед из исходного положения "сидя на полу" или из исходного положения "стоя на гимнастической скамейке";
3. подтягивание в висе на перекладине или сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (юноши);
поднимание туловища за 1 минуту или поднимание и опускание прямых ног за 1 минуту (девушки);
4. челночный бег 4 x 9 м или прыжки через короткую скакалку за 1 минуту;
5. прыжок в длину с места (юноши и девушки) или тройной прыжок с места толчком двумя ногами (юноши), бросок набивного мяча из-за головы двумя руками из исходного положения "сидя ноги врозь" (девушки);
6. бег 1000 м или 6-минутный бег (девушки),
бег 1500 м или 6-минутный бег (юноши);

три контрольных упражнения, определяющие уровень развития двигательных умений и навыков в конкретном виде спорта и соответствующие специфике данного вида спорта. Для их оценки используются контрольные упражнения и критерии их оценки, разработанные выпускающими кафедрами учреждения образования "Белорусский государственный университет физической культуры", утвержденными Министерством спорта и туризма Республики Беларусь и согласованными с Министерством образования (будут размещены в январе 2015 года на сайте учреждения "Республиканский центр физического воспитания и спорта учащихся и студентов" <http://www.sporteducation.by>).

При определении шести контрольных упражнений в программу вступительных испытаний включаются вышеперечисленные упражнения с правом выбора абитуриентом одного из предлагаемых контрольных упражнений. Например, челночный бег 4 x 9 м или прыжки через короткую скакалку за 1 минуту.

В целях качественной и своевременной подготовки мест проведения вступительных испытаний, необходимого спортивного

оборудования и инвентаря рекомендуется, чтобы абитуриент во время подачи документов в приемную комиссию УВО самостоятельно определял одно из двух альтернативных упражнений, входящих в перечень контрольных упражнений.

3. Условия выполнения контрольных упражнений

Бег 1000, 1500 метров выполняется на беговой дорожке стадиона с высокого старта. Каждому абитуриенту предоставляется одна попытка. Старт – групповой. Абитуриентам, нарушившим правила соревнований в беге, а также не финишировавшим, в протокол выполнения контрольных упражнений выставляется "0" (ноль) баллов. Результат измеряется с точностью до 1 секунды.

6-минутный бег выполняется на беговой дорожке стадиона, которая предварительно размечается на каждые 10 или 20 метров. Рекомендуется проводить забеги раздельно среди юношей и девушек. Группа юношей (девушек) стартует одновременно. Во время бега члены предметной экзаменационной комиссии считают количество кругов, которые преодолели абитуриенты. По истечении шести минут подается звуковой сигнал (например, свисток), после которого абитуриенты переходят на шаг, запомнив место, где их застал звуковой сигнал. Затем члены предметной экзаменационной комиссии каждому абитуриенту индивидуально высчитывает длину преодоленной дистанции в метрах с учетом количества полных кругов и той части беговой дорожки, где абитуриент перешел на шаг.

При выполнении упражнения не допускается переходить на шаг, останавливаться для отдыха или "срезать" дистанцию. Абитуриентам, нарушившим указанные правила, а также не финишировавшим, в протокол выполнения тестовых упражнений выставляется "0" (ноль) баллов. Результат измеряется с точностью до 10 метров.

Подтягивание в висе на высокой 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.

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.

Поднимание и опускание прямых ног за 1 минуту выполняется на гимнастическом мате из исходного положения "лежа на спине, руки за головой, прямые ноги вместе". Член предметной экзаменационной комиссии располагается со стороны головы абитуриента и удерживает его за локтевые суставы. По сигналу (одновременно включается секундомер) абитуриент поднимает прямые ноги до угла 90 градусов до касания голенью гимнастической палки, заранее закрепленной в неподвижном положении или удерживаемой одним из членов предметной экзаменационной комиссии. Затем абитуриент опускает ноги до касания пятками гимнастического мата. Засчитывается количество полных циклов (поднимание и опускание) в течение 1 минуты.

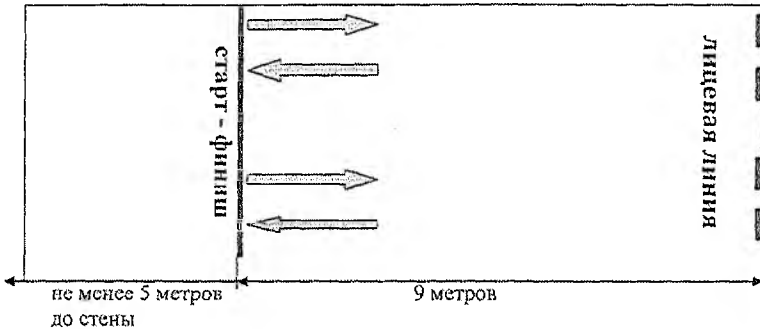
Сгибание и разгибание рук в упоре на параллельных брусьях. Абитуриент прыжком принимает исходное положение "упор на параллельных брусьях, руки выпрямлены в локтевых суставах, ноги параллельны". Сохраняя прямое положение туловища и ног, абитуриент сгибает руки в локтевых суставах до угла не менее 90 градусов и, выпрямляя руки, возвращается в исходное положение. Не допускается сгибать ноги и туловище, скрещивать ноги, а также выполнять рывковые движения. Засчитывается количество сгибаний и разгибаний рук без нарушения указанных требований.

Бег 30, 100 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.

Челночный бег 4х9 метров выполняется в спортивном зале на половине волейбольной площадки. Количество участников в одном забеге – не более 2 человек. Каждому абитуриенту предоставляется 2 попытки подряд. По команде "Приготовиться!" абитуриенты подходят к линии старта (как правило, это середина волейбольной площадки) и принимают положение высокого старта по направлению к лицевой

линии, где напротив каждого учащегося лежат два деревянных бруска размером 50х50х100 мм на расстоянии 100 мм друг от друга (рис. 1)

Рис. 1 Схема организации выполнения упражнения "Челночный бег 4х9 метров"



По команде "Марш!" абитуриенты бегут к лицевой линии, берут каждый по одному бруску (не затронув второй), поворачиваются и бегут обратно. Подбежав к линии "старт-финиш", кладут на нее (или за нее) брусок (бросать нельзя!), разворачиваются и бегут за оставшимся бруском. Подбежав к лицевой линии, берут второй брусок, разворачиваются, бегут к линии "старт-финиш" и, не снижая скорости, пересекают ее с бруском в руках.

Время челночного бега каждого абитуриента фиксируется с точностью до 0,1 сек. Засчитывается лучший результат из двух попыток.

Прыжки через короткую скакалку за 1 минуту выполняются на твердом покрытии (в спортивном зале, на игровой площадке или беговой дорожке стадиона). Вращение скакалки производится только вперед. Прыжки выполняются с обязательной опорой на обе ноги одновременно. Допускается использовать любые скакалки промышленного производства или самодельные (например, из туристского фала). Запрещается использовать на скакалке вставки-утяжелители. При ошибке во время прыжков секундомер не останавливается, а абитуриент продолжает выполнять прыжки. Засчитывается суммарное количество прыжков в течение 1 минуты.

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.

Тройной прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется на полу спортивного зала или на беговой дорожке

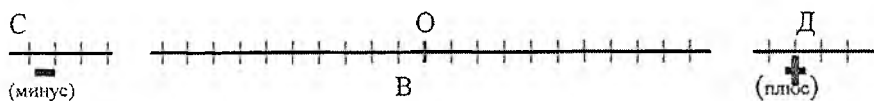
стадиона с приземлением после третьего прыжка в прыжковую яму. Прыжки выполняются толчком двумя ногами слитно без задержек и остановок. Каждому абитуриенту предоставляется 3 попытки подряд. Результат измеряется с точностью до 1 сантиметра. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Бросок набивного мяча из-за головы двумя руками выполняется в спортивном зале из исходного положения "сидя ноги врозь, пятки ног на контрольной линии". Используется набивной мяч весом 1 кг. Абитуриент удерживает мяч двумя руками над головой, затем сгибает руки в локтевых суставах, опускает мяч за голову и резким движением бросает его вперед-вверх. Каждому абитуриенту предоставляется 3 попытки подряд. Результат измеряется с точностью до 1 сантиметра. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Наклон вперед из исходного положения "сидя на полу". Абитуриент садится на пол перед измерительной линейкой со стороны знака "–" (минус), пятки на ширине таза на линии "ОВ" упираются в упоры для ног, стопы вертикально (рис.2). Два партнера с двух сторон прижимают его колени к полу, не позволяя сгибать ноги в коленных суставах.

Абитуриент кладет одну ладонь на тыльную сторону другой ладони, опускает руки на пол, выполняет два предварительных наклона, скользя ладонями рук вдоль измерительной линейки по линии СД. На третьем наклоне абитуриент максимально наклоняется вперед и в этом положении задерживается на три секунды. Результат фиксируется по отметке, достигнутой кончиками сомкнутых (!) средних пальцев рук, и определяется с точностью до 1 сантиметра.

Рис.2 Схема организации выполнения упражнения "Наклон вперед из исходного положения "сидя на полу"



Наклон вперед из исходного положения "стоя на гимнастической скамейке". Для оценки результата используется измерительная линейка, прикрепленная вертикально к гимнастической скамейке. Абитуриент встает на гимнастическую скамейку, пятки и носки ног вместе. Носки не выходят за край гимнастической скамейки. Абитуриент кладет одну ладонь на тыльную сторону другой ладони, выполняет два предварительных наклона, скользя ладонями рук вдоль

измерительной линейки. На третьем наклоне абитуриент максимально наклоняется вперед и в этом положении задерживается на три секунды. При выполнении наклонов не допускается сгибание ног в коленных суставах. Результат фиксируется по отметке, достигнутой кончиками сомкнутых (!) средних пальцев рук, и определяется с точностью до 1 сантиметра.

Контрольные упражнения "Прыжок в длину с разбега", "Прыжок в высоту с разбега", "Метание мяча (девушки)", "Метание гранаты (юноши)", "Плавание 50 м" выполняются в соответствии с правилами спортивных соревнований по легкой атлетике и плаванию соответственно.

Табл. 1 Десятибалльная шкала оценки результатов контрольных упражнений

Контрольные упражнения (единицы измерения)	Баллы									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Юноши										
Подтягивание на перекладине (раз) или Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (раз)	16	15	13	12	11	8	6	3	2	1
Наклон вперед из исходного положения "сидя на полу" (см) или Наклон вперед из исходного положения "стоя на гимнастической скамейке" (см)	19	16	14	12	10	6	3	-1	-5	-8 и менее
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
Прыжки через короткую скакалку за 1 минуту (раз)	141	136	128	120	112	98	84	68	55	40 и менее
Прыжок в длину с места (см)	252	247	242	237	231	220	212	203	192	182 и менее
Тройной прыжок с места толчком двумя ногами (см)	750	720	690	670	652	615	580	555	535	525 и менее
Прыжок в длину с разбега (см)	468	450	432	416	400	394	387	380	373	372 и менее
Прыжок в высоту с разбега (см)	135	130	-	-	125	120	-	115	110	105 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
Бег 100 м (с)	13,8	14,0	14,3	14,5	14,8	15,1	15,4	15,5	15,6	15,7 и более
Бег 1500 м (мин, с)	5.29	5.40	5.50	6.01	6.11	6.32	6.52	7.13	7.34	7.55 и более
6-минутный бег (м)	1505	1460	1410	1370	1335	1300	1210	1170	1100	1080 и менее
Метание гранаты 700 г с разбега (м)	40	38	36	34	32	30	28	26	24	23 и менее
Плавание (вольный стиль, на спине, брасс) - 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

Контрольные упражнения (единицы измерения)	Баллы									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Девушки										
Поднимание туловища за 1 мин (раз) или Поднимание и опускание прямых ног за 1 мин (раз)	57	55	53	52	50	47	44	41	38	37 и менее
Наклон вперед из исходного положения "сидя на полу" (см) или Наклон вперед из исходного положения "стоя на гимнастической скамейке" (см)	22	21	19	17	16	12	9	5	2	2 и менее
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
Прыжки через короткую скакалку за 1 минуту (раз)	144	140	133	128	122	110	100	85	68	50 и менее
Прыжок в длину с места (см)	200	194	189	184	179	168	158	147	137	126 и менее
Бросок набивного мяча 1 кг из-за головы двумя руками из исходного положения "сидя ноги врозь" (см)	565	530	500	480	460	420	380	350	325	305 и менее
Прыжок в длину с разбега (см)	396	380	362	346	330	324	317	310	305	304 и менее
Прыжок в высоту с разбега (см)	115	110	105	-	100	95	-	90	85	80 и менее
Метание мяча 150 г с разбега (м)	35	32	29	27	25	22	20	18	16	15 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
Бег 100 м (с)	15,2	15,5	15,8	16,1	16,3	16,6	16,8	17,0	17,2	17,3 и более
Бег 1000 м (мин, с)	4.36	4.45	4.55	5.06	5.15	5.34	5.54	6.13	6.33	6.52 и более
6-минутный бег (м)	1245	1200	1180	1145	1105	1090	1040	990	930	895 и менее
Плавание (вольный стиль, на спине, брасс) - 50 м (мин, с)	0.55	1.00	1.04	1.07	1.10	1.15	1.20			
50, 25, 10 м - без учета времени								50 м	25 м	10 м и менее

Табл. 2. Определение итоговой отметки по вступительному испытанию по учебному предмету "Физическая культура и спорт"

Средний балл за 6 контрольных упражнений	Итоговая отметка по вступительному испытанию
9,5 – 10,0	10
8,5 – 9,4	9
7,5 – 8,4	8
6,5 – 7,4	7
5,5 – 6,4	6
4,5 – 5,4	5
3,5 – 4,4	4
2,5 – 3,4	3
1,5 – 2,4	2
0,5 – 1,4	1

4. Перечень спортивного инвентаря, необходимого для выполнения контрольных упражнений

1. Бруски деревянные размером 50x50x100 мм
2. Брусья гимнастические
3. Гранаты для метания (700 г)
4. Секундомеры
5. Линейка измерительная
6. Маты гимнастические
7. Мячи для метания (150 г)
8. Мячи набивные 1 кг
9. Палки гимнастические
10. Перекладина гимнастическая
11. Планка для прыжков в высоту
12. Рулетка измерительная
13. Скакалки гимнастические
14. Стойки для прыжков в высоту