



БЮДЖЕТНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ХАНТЫ-МАНСКИЙ АВТОНОМНЫЙ ОКРУГ – ЮГРЫ
«ЛАНГЕПАССКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ КОЛЛЕДЖ»

УТВЕРЖДАЮ
И.о. директора «Лангепасский
политехнический колледж»
И.А. Тихонова
24.02.2026 г.

**Программа вступительного испытания
при приёме на обучение по основным образовательным программам
среднего профессионального образования
для специальности
49.02.01 Физическая культура
в 2026 году**

г. Лангепас, 2026

1. Общие положения

1.1. Программа вступительного испытания разработана на основе

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 2 сентября 2020 г. № 457 (с изменениями);

- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 49.02.01 Физическая культура, утвержденным приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 11 ноября 2022 г. № 968;

- Приказа Минобрнауки России от 30.12.2013 №1422 «Об утверждении Перечня вступительных испытаний при приеме на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования по профессиям и специальностям, требующим у поступающих наличия определенных творческих способностей, физических и (или) психологических качеств».

1.2. Вступительное испытание для поступающих в БУ «Лангепасский политехнический колледж» при приеме на обучение по основной профессиональной образовательной программе среднего профессионального образования программы подготовки специалистов среднего звена по специальности 49.02.01 Физическая культура ориентировано на определение у поступающих наличия готовности к решению комплекса профессиональных задач соответствующих будущей профессиональной деятельности, коммуникативных способностей, социальной ответственности.

1.3. Вступительные испытания для поступающих в БУ «Лангепасский политехнический колледж» на специальность 49.02.01 «Физическая культура» проводятся в два этапа: в виде легкоатлетических и гимнастических упражнений, направленных на выявление наличия у поступающих определенных физических качеств: быстроты, скоростной силы и выносливости и устного собеседования с элементами самопрезентации.

1.4. Результаты вступительного испытания оцениваются по зачетной системе: «зачтено» / «не зачтено».

1.5. При проведении вступительных испытаний оформляется Экспертный лист по устному собеседованию с элементами самопрезентации (Приложение 1) на каждого поступающего, Протокол вступительного испытания (Приложение 2) и Итоговый протокол вступительных испытаний (Приложение 3).

1.6. Результаты вступительных испытаний фиксируются в Протоколе вступительных испытаний и доводятся до сведения поступающих посредством размещения на официальном сайте колледжа, не позднее следующего дня.

1.7. Вступительные испытания проводит комиссия, в которую могут входить старшие методисты, заведующий отделением, методисты, преподаватели. Состав экзаменационной комиссии утверждается приказом директора колледжа.

1.8. Присутствие на вступительном испытании посторонних лиц, без разрешения председателя приемной комиссии или его заместителя, не допускается.

1.9. При подаче заявления на несколько специальностей, собеседование проводится по каждому направлению подготовки.

1.10. Абитуриент может участвовать во вступительных испытаниях только один раз в текущем учебном году.

2. Содержание вступительных испытаний

2.1. Первый этап вступительных испытаний включает в себя:

Легкоатлетические упражнения:

- Бег 1000 метров;
- Бег 30 метров;
- Прыжок в длину с места.

Гимнастические упражнения:

- Акробатические упражнения;
- Подтягивание (юноши); сгибание – разгибание рук из упора лёжа (девушки).

2.2. Вступительное испытание проводится на открытом воздухе и в спортивном зале колледжа.

2.3. Допуск поступающих осуществляется по графику.

2.4. Экзаменационная комиссия оценивает выполняемые поступающим упражнения непосредственно во взаимодействии с поступающими.

2.5. Результат каждого упражнения легкой атлетики, гимнастики оценивается в зачетных баллах.

2.6. Максимальная сумма баллов за все виды упражнений (5 видов) составляет 30 баллов.

Вид многоборья	Максимальная оценка в баллах
Легкоатлетические упражнения	
Бег 1000 м.	от 1 до 5 баллов
Бег 30 м.	от 1 до 5 баллов
Прыжок в длину с места	от 1 до 5 баллов
Гимнастические упражнения	
Акробатические упражнения	от 1 до 10 баллов
Подтягивания ; сгибание-разгибание рук	от 1 до 5 баллов
ИТОГО:	30 баллов

2.7. Балловые значения по каждому из видов спортивных упражнений рассчитываются в соответствии со следующими критериями:

2.7.1 Легкоатлетические упражнения

Упражнение	юноши				
	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Бег 30 м (сек)	5,3 и больше	5,2	5,1 – 4,8	4,7 – 4,5	4,4 и меньше
Прыжок в длину с места (см)	180 и меньше	181 – 194	195 – 210	211 – 229	230 и больше
Бег 1000 м. (мин.сек.)	6,31 и больше	6,30 – 5,33	5,32 – 4,35	4,34 – 3,37	3,36 и меньше

девушки					
Упражнение	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Бег 30 м (сек)	6,1 и больше	6,0	5,9 – 5,3	5,2 – 4,9	4,8 и меньше
Прыжок в длину с места (см)	160 и меньше	161 – 169	170 – 190	191 – 209	210 и больше
Бег 1000 м. (мин.сек.)	7,31 и больше	7,30–6,31	6,30 – 5,31	5,30 – 4,31	4,30 и меньше

2.7.2. Гимнастические упражнения

юноши					
Упражнение	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Подтягивание (кол-во раз)	4 и меньше	5 – 7	8 – 9	10	11 и больше

девушки					
Упражнение	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
Сгибание – разгибание рук из упора лёжа (кол-во раз)	6 и меньше	7 - 12	13 – 15	16 - 17	18 и больше

№	Баллы	Акробатика (юноши)	№	Баллы	Акробатика (девушки)
1.		Исходное положение (И.П.) – основная стойка (о.с.).	1.		Исходное положение (И.П.) – основная стойка (о.с.).
2.	1,5	Равновесие «Ласточка».	2.	1,5	Равновесие «Ласточка».
3.	0,5	Из стойки руки вверх, опуститься в упор присев.	3.	0,5	Из стойки руки вверх, наклон вперед в упор стоя согнувшись.
4.	3,0	Из упора присев два кувырка вперед слитно, в темпе стойка на голове (держатъ).	4.	2,0	Из упора стоя согнувшись, кувырок вперед с прямыми ногами в сед, с наклоном руки вверх (складка).
5.	1,0	Из стойки на голове, силой опуститься в упор присев.	5.	2,0	Из положения, лежа на спине руки вверх, встать в мост (держатъ).
6.	0,5	Встать в стойку руки вверх.	6.	1,0	Из положения мост, поворот налево-кругом в упор присев.
7.	2,5	Шаг правой (левой), переворот в сторону (колесо), приставить ногу.	7.	0,5	Встать в стойку руки вверх.
8.	1,0	Прыжок с поворотом на 360.	8.	1,5	Шаг правой (левой), переворот в сторону (колесо), приставить ногу.
9.		Встать в о.с.	9.	1,0	Прыжок с поворотом на 360.

			10.		Встать в о.с.
Итого	10		Итого	10	

2.7.3 Шкала перевода набранных на вступительном испытании количества баллов в зачетную систему оценок:

Результат вступительного испытания	Юноши	Девушки
«Зачтено»	24 и более набранных баллов	22 и более набранных баллов
«Не зачтено»	23 и менее набранных баллов	21 и менее набранных баллов

2.8. Устное собеседование с элементами самопрезентации.

На вступительных испытаниях поступающий демонстрирует самопрезентацию в виде короткого устного рассказа о себе, о своей будущей профессии (до 5 минут). Самопрезентация позволяет оценить коммуникативную компетентность поступающих (уровень и культуру устной речи). Конкретная тема самопрезентации ежегодно определяется образовательной организацией и доводится до поступающих до начала вступительных испытаний. Тема самопрезентации «Почему я выбрал(а) профессию педагога?»

При подготовке к выступлению можно раскрыть следующие вопросы:

Личность педагога: вчера, сегодня, завтра.

Каким должен быть современный педагог.

Кто он – современный педагог?

Педагогические традиции и современность.

Во время самопрезентации поступающий должен аргументировано обосновать, почему он хочет обучаться по педагогической специальности, изложить свои представления о будущей профессиональной деятельности, определить для себя профессиональные перспективы. В содержание самопрезентации можно включить рассказ о первичном опыте участия в организационно-педагогической деятельности, об обучении в педагогическом классе (при наличии), в конкурсах профессионального мастерства, олимпиадах и чемпионатах по педагогическим компетенциям, в волонтерском движении, в Российском движении школьников и т.п. Все формы участия рекомендуется подтвердить документально (дипломами, грамотами, сертификатами и т.п.).

В процессе собеседования абитуриент представляет самопрезентацию и отвечает на вопросы комиссии.

Набранное количество баллов соотносится с установленной шкалой: от 0 до 3,5 баллов – не зачтено, от 4 до 6 баллов (при соблюдении критерия 6 таблицы) – зачтено.

Критерии оценки:

Критерии оценивания устного собеседования с элементами самопрезентации:	Проявление критериев		
	0 баллов: критерий не проявляется	0,5 балла: критерий проявляет ся частично	1 балл: критерий проявляется в полном объеме
1. адекватность представлений о будущей профессиональной деятельности			

2. обоснованность и логика изложения аргументов выбора педагогической специальности			
3. внешний вид: опрятность, деловой стиль одежды, умеренный макияж, неброские украшения, отсутствие телесных модификаций на открытых частях тела, аккуратность причёски			
4. структурированность ответов на задаваемые вопросы: понимает суть вопроса, четко, конкретно, аргументированно отвечает на вопрос, приводит примеры.			
5. невербальное поведение в процессе самопрезентации (жесты, мимика, взгляд)			
6. грамотность речи, включающая в себя соблюдение орфоэпических, грамматических, речевых норм, богатство используемого словаря и разнообразия грамматического строя речи, соблюдение фактологической точности			

3. Порядок проведения вступительных испытаний

3.1. Вступительные испытания проводятся поэтапно: сначала сдача легкоатлетических и гимнастических упражнений, затем устное собеседование с элементами самопрезентации.

3.2. В день проведения вступительного испытания поступающий должен:

- явиться на вступительное испытание за 15 минут до его начала (в соответствии с расписанием);
- предъявить документ, удостоверяющий личность;
- соблюдать тишину;
- не покидать пределов территории, которая установлена приёмной комиссией для проведения вступительного испытания.

4. Итоговый результат вступительных испытаний

4.1. Для успешного прохождения вступительного испытания поступающему необходимо получить «зачтено» по двум этапам вступительного испытания (легкоатлетические и гимнастические упражнения, затем устное собеседование с элементами самопрезентации).

4.2. В случае получения «не зачтено» по какому-либо этапу вступительного испытания, вступительное испытание считается не пройденным.

4.3. Результаты вступительных испытаний по зачетной системе фиксируются в Итоговом протоколе вступительных испытаний (Приложение 3) и доводятся до сведения поступающих посредством размещения на официальном сайте колледжа.

Приложение 1

Экспертный лист по устному собеседованию с элементами самопрезентации

ФИО поступающего _____

Критерии оценивания устного собеседования с элементами самопрезентации:	Проявление критериев		
	0 баллов: критерий не проявляется	0,5 балла: критерий проявляет ся частично	1 балл: критерий проявляется в полном объеме
адекватность представлений о будущей профессиональной деятельности			
обоснованность и логика изложения аргументов выбора педагогической специальности			
внешний вид: опрятность, деловой стиль одежды, умеренный макияж, неброские украшения, отсутствие телесных модификаций на открытых частях тела, аккуратность прически			
структурированность ответов на задаваемые вопросы: понимает суть вопроса, четко, конкретно, аргументированно отвечает на вопрос, приводит примеры.			
невербальное поведение в процессе самопрезентации (жесты, мимика, взгляд)			
грамотность речи, включающая в себя соблюдение орфоэпических, грамматических, речевых норм, богатство используемого словаря и разнообразия грамматического строя речи, соблюдение фактологической точности			

«__» _____ 2026г.

Экзаменационная комиссия:

(подпись) _____
(ФИО)

(подпись) _____
(ФИО)

(подпись) _____
(ФИО)

Приложение 2

Протокол вступительного испытания (легкоатлетические и гимнастические упражнения)

№	Фамилия Имя Отчество	Бег 1000 метров		Бег 30 метров		Прыжок в длину		Акробатические упражнения		Подтягивание; сгибание – разгибание рук		Итого баллов	Итоговый результат (зачтено/не зачтено)
		рез.	балл	рез.	балл	рез.	балл	рез.	балл	рез.	балл		
1.													
2.													
3.													
4.													
5.													

«_» _____ 2026г.

Экзаменационная комиссия:

/ _____ /

(подпись)

(ФИО)

/ _____ /

(подпись)

(ФИО)

/ _____ /

(подпись)

(ФИО)

Протокол вступительного испытания
(устное собеседование с элементами самопрезентации)

№	Фамилия, имя, отчество поступающего	Количество баллов	Итоговый результат (зачтено/не зачтено)
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			

«__» _____ 2026г.

Экзаменационная комиссия:

/ _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

/ _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

/ _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

Итоговый протокол вступительных испытаний

№	Фамилия, имя, отчество поступающего	Легкоатлетические и гимнастические упражнения	Устное собеседование с элементами самопрезентации	Итоговый результат

«__» _____ 2026г.

Экзаменационная комиссия:

/ _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

/ _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)

/ _____ / _____ /
(подпись) (ФИО)