

Частное профессиональное образовательное учреждение  
**«Новосибирский кооперативный техникум имени А.Н.Косыгина  
Новосибирского облпотребсоюза»**  
(ЧПОУ «НКТ им. А.Н.Косыгина Новосибирского облпотребсоюза»)



УТВЕРЖДАЮ  
Директор техникума  
Т.А. Попова  
«12» января 2026

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**  
по специальности **40.02.02 ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ**  
**ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ,**  
**42.02.02 ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**  
с освоением профессионального модуля «Таможенное правоведение»,  
**42.02.02 ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**  
с освоением профессионального модуля  
«Обеспечение национальной безопасности»,  
**42.02.02 ПРАВООХРАНИТЕЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ**  
с освоением профессионального модуля «Пожарная безопасность»

Новосибирск

2026

Программа разработана на основе:

Федерального государственного образовательного стандарта по специальности среднего профессионального образования **40.02.02 Правоохранительная деятельность**, утверждённого приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 10 января 2025 г. № 3 укрупнённой группы **40.00.00 Юриспруденция**.

- Приказа от 2 сентября 2020 г. № 457 Министерства просвещения РФ «Об утверждении Порядка приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования» (с изменениями, утвержденными приказом Министерством просвещения Российской Федерации №750 от 28.10.2024 «О внесении изменений в Порядок приема по образовательным программам среднего профессионального образования»);
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 30 декабря 2013 г. N 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"
- Уставом и локальными актами «Новосибирского кооперативного техникума имени А.Н. Косыгина Новосибирского облпотребсоюза»;

Организация-разработчик: Негосударственное образовательное учреждение среднего профессионального образования «Новосибирский кооперативный техникум имени А.Н. Косыгина Новосибирского облпотребсоюза» ЧПОУ НКТ имени А.Н. Косыгина Новосибирского облпотребсоюза»).

Разработчик:

Евдокимов Дмитрий Евгеньевич, преподаватель высшей квалификационной категории

Рекомендована цикловой комиссией физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Протокол № 5 от «12» января 2026

Председатель цикловой комиссии Т.А. Фадеева



---

## Пояснительная записка

Программа вступительных испытаний по Физической культуре предназначена для приема абитуриентов специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность, 40.02.02 Правоохранительная деятельность с освоением профессионального модуля «Таможенное правоведение», 40.02.02 Правоохранительная деятельность с освоением профессионального модуля «Обеспечение национальной безопасности», 40.02.02 Правоохранительная деятельность с освоением профессионального модуля «Пожарная безопасность».

**Цель вступительного испытания:** выявление уровня развития Физических навыков и подготовленности поступающих.

**Порядок проведения вступительного испытания:**

К вступительному экзамену допускаются абитуриенты, подавшие заявление на обучение по программе подготовки специалистов среднего звена среднего профессионального образования по специальности 40.02.02 Правоохранительная деятельность, 40.02.02 Правоохранительная деятельность с освоением профессионального модуля «Таможенное правоведение», 40.02.02 Правоохранительная деятельность с освоением профессионального модуля «Обеспечение национальной безопасности», 40.02.02 Правоохранительная деятельность с освоением профессионального модуля «Пожарная безопасность».

Лица, не явившиеся на вступительные испытания, по уважительной причине (болезнь, и др., подтверждено документально), допускаются к ним на следующем этапе вступительных испытаний или индивидуально в период до их полного завершения.

Повторное участие абитуриента во вступительных испытаниях не допускается.

Вступительные испытания проводятся экзаменационной комиссией техникума в период с 25 июня по 10 августа (по расписанию).

Расписание вступительных испытаний доводится персонально для каждого абитуриента в приемной комиссии при подаче документов.

В день вступительного испытания абитуриент обязан:

- Явиться за 10 минут до его начала
- Иметь при себе паспорт, экзаменационный лист, сменную спортивную форму и обувь

Во время проведения вступительного испытания абитуриент обязан соблюдать правила поведения. За нарушение правил поведения абитуриент может быть удален со вступительных испытаний с составлением акта об удалении.

Вступительные испытания по дисциплине «Физическая культура» проходят в спортивном зале.

Длительность испытаний ограничивается 180 минутами, с 15-минутным перерывом.

Во время проведения вступительных испытаний абитуриенты должны следовать установленному ходу проведения испытаний:

1. Без приглашения не входить.
2. После приглашения войти, показать преподавателю паспорт (для удостоверения личности) и экзаменационный лист (для внесения результатов испытаний).
3. Занимать только указанное ему место;
4. Соблюдать тишину;
5. Работать самостоятельно;
6. Не разговаривать с другими абитуриентами;
8. Не пользоваться средствами оперативной связи;
9. Не покидать пределов спортивного зала, в котором проводится вступительное испытание, без разрешения проводящих вступительное испытание членов экзаменационной комиссии.

При возникновении вопросов, связанных с проведением испытания, абитуриент поднятием руки обращается к члену экзаменационной комиссии и при его подходе задает вопрос, не отвлекая внимания других абитуриентов.

За нарушение правил поведения абитуриент удаляется со вступительного испытания с проставлением неудовлетворительного результата независимо от числа правильно выполненных заданий, о чем составляется акт, утверждаемый председателем приемной комиссией.

Вступительные испытания проводятся по нормативам, определенным с учетом возрастного и гендерного признака по зачетной и балльной системе (Приложение 1).

<b>Возрастная группа 15 лет</b>							
<b>Испытания (тесты)</b>		<b>Мальчики</b>			<b>Девочки</b>		
		«5» баллов	«4» балла	«3» балла	«5» баллов	«4» балла	«3» балла
1.	1. Подтягивание (количество раз): а) из виса на высокой перекладине	12	8	6	-	-	-
	б) из виса лежа на низкой перекладине (90см)	-	-	-	18	12	10
2.	3. Челночный бег – 3x10 м (с)	7,2	7,8	8,1	8,0	8,8	9,0
3.	4. Прыжок в длину, с места толчком двумя ногами, см	215	190	170	180	160	150
<b>Для получения зачета необходимо получить средний балл по результатам трёх испытаний не менее 4 баллов</b>							

**Вступительные испытания по дисциплине «Физическая культура»**

<b>Возрастная группа от 16 до 17 лет</b>							
<b>Испытания (тесты)</b>		<b>Юноши</b>			<b>Девушки</b>		
		«5» баллов	«4» балла	«3» балла	«5» баллов	«4» балла	«3» балла
1.	Подтягивание (количество раз): а) из виса на высокой перекладине	14	11	9	-	-	-
	б) из виса лежа на низкой перекладине (90см)	-	-	-	19	13	11
2.	Челночный бег – 3x10 м (с)	6,9	7,6	7,9	7,9	8,7	8,9
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	230	210	195	185	170	160
<b>Для получения зачета необходимо получить общий балл по результатам трёх испытаний не менее 12 баллов</b>							

<b>Возрастная группа от 18 до 24 лет и старше</b>							
<b>Испытания (тесты)</b>		<b>Мужчины</b>			<b>Женщины</b>		
		«5» баллов	«4» балла	«3» балла	«5» баллов	«4» балла	«3» балла
1.	Подтягивание (количество раз): а) из виса на высокой перекладине	15	12	10	-	-	-
	б) из виса лежа на низкой перекладине (90см)	-	-	-	18	12	10
2.	Челночный бег – 3x10 м (с)	7,1	7,7	8,0	8,2	8,8	9,0
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см	240	225	210	195	180	170
<b>Для получения зачета необходимо получить общий балл по результатам трёх испытаний не менее 12 баллов</b>							

### **Техника выполнения испытания**

**1.Подтягивание на высокой перекладине** выполняется из исходного положения: вис хватом сверху, кисти рук на ширине плеч, руки и ноги прямые, ноги не касаются пола, ступни вместе.

Из виса на прямых руках хватом сверху необходимо подтянуться так, чтобы подбородок оказался выше перекладины, опуститься в вис до полного выпрямления рук, зафиксировать это положение в течение 1 секунды.

Испытание выполняется на максимальное количество раз доступное участнику.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки и в коленных суставах ноги, перекрещенные ноги);
- нарушение техники выполнения испытания;
- подбородок тестируемого ниже уровня грифа перекладины;
- фиксация исходного положения менее чем на 1 секунду;
- подтягивание рывками или с использованием маха ногами (туловищем);
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.

**2.Подтягивание на низкой перекладине** выполняется из исходного положения: вис лежа лицом вверх хватом сверху, руки на ширине плеч, голова, туловище и ноги составляют прямую линию, стопы вместе.

Для того чтобы занять исходное положение, участник подходит к перекладине, берется за гриф хватом сверху, приседает под гриф и, держа голову прямо, ставит подбородок на гриф перекладины. После чего, не разгибая рук и не отрывая подбородка от перекладины, шагая вперед, выпрямляется так, чтобы голова, туловище и ноги составляли прямую линию. участник выпрямляет руки и занимает исходное положение.

Из исходного положения участник подтягивается до пересечения подбородком грифа перекладины, возвращается в исходное положение, зафиксировав его на 1 секунду. и продолжает выполнение испытания.

Засчитывается количество правильно выполненных подтягиваний, фиксируемых счетом судьи вслух.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- нарушение требований к исходному положению (неправильный хват рук, согнутые в локтевых суставах руки);
- нарушение техники выполнения испытания:
- подтягивание выполнено с нарушением прямой линии «голова – туловище – ноги»;
- подбородок тестируемого не поднялся выше грифа перекладины;
- явно видимое поочередное (неравномерное) сгибание рук.
- отсутствие фиксации на 1 секунду исходного положения.

### 3. Челночный бег.

Упражнение выполняется на площадке с размеченными линиями старта и финиша.

Ширина линии старта и финиша входит в отрезок 10 метров.

По команде «Марш» обучаемый должен пробежать 10 метров, коснуться площадки за линией поворота любой частью тела, повернуться кругом, пробежать, таким образом, еще два отрезка по 10 метров.

Техника выполнения испытания.

По команде «На старт» тестируемый становится перед стартовой линией, так, чтобы толчковая нога находилась у стартовой линии, а другая была бы отставлена на полшага назад (наступать на стартовую линию запрещено).

По команде «Внимание!», слегка сгибая обе ноги, тестируемый наклоняет корпус вперед и переносит тяжесть тела на впереди стоящую ногу. Допустимо опираться рукой о землю.

По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) тестируемый бежит до финишной линии, пересекает ее касаясь любой частью тела, возвращается к линии старта, пересекает ее любой частью тела и преодолевает последний отрезок финишируя.

Судья останавливает секундомер в момент пересечения линии «Финиш». Результат фиксируется до 0,1 секунды.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- участник начал выполнение испытания до команды судьи «Марш!» (фальстарт);
- участник не пересек линию во время разворота любой частью тела.

**4. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами** выполняется в соответствующем секторе для прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение: ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией отталкивания. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Допускаются махи руками.

Измерение производится по перпендикулярной прямой от места отталкивания до ближайшего следа, оставленного любой частью тела участника.

**Участнику предоставляется одна попытка.** Участник имеет право:

- при подготовке и выполнении прыжка производить маховые движения руками;
- использовать все время (1 минуту), отведенное на подготовку и выполнение прыжка.

Ошибки, в результате которых испытание не засчитывается:

- заступ за линию отталкивания или касание ее;
- отталкивание с предварительного подскока;
- поочередное отталкивание ногами;
- использование каких-либо отягощений, выбрасываемых во время прыжка;
- уход с места приземления назад по направлению прыжка.