

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКАЯ ГОСУДАРСТВЕННАЯ АКАДЕМИЯ»**

ПРОГРАММА

вступительного испытания по предмету «Физическая подготовка»

Черкесск – 2026

1. Цель вступительного испытания

Целью вступительного испытания по дисциплине «Физическая подготовка» является оценка уровня физической подготовленности, поступающими на первый курс в Военный учебный центр (ВУЦ) при СКГА.

2. Форма и продолжительность проведения вступительного испытания

Вступительное испытание профессиональной направленности по дисциплине «Физическая подготовка» оценивается в соответствии с требованиями НФП-2023 по трем физическим упражнениям, характеризующим различные физические качества – быстроту, силу, выносливость.

Кандидаты выполняют все физические упражнения в течение одного дня. Выполнение физических упражнений производится в спортивной форме одежды (спортивный костюм, футболка, майка, шорты, беговые кроссовки). Для выполнения физического упражнения дается одна попытка. Выполнение физических упражнений в целях улучшения полученного результата не допускается.

Кандидаты мужского пола выполняют по одному упражнению в следующих категориях:

- силовые упражнения – подтягивание на перекладине;
- упражнения на быстроту – бег на 100 м;
- упражнения на выносливость – бег на 1 км.

Кандидаты женского пола выполняют по одному упражнению:

- силовые упражнения – сгибание и разгибание рук в упоре лежа или наклоны туловища вперед;
- упражнения на быстроту – бег на 60 м;
- упражнения на выносливость – бег на 400 м.

Продолжительность вступительного испытания для основного потока составляет 2 часа (120 минут) с перерывами.

3. Критерии оценивания

Общая оценка уровня физической подготовленности кандидатов определяется по сумме баллов, полученных ими за выполнение всех физических упражнений, при условии выполнения минимального порогового уровня в каждом упражнении (30 баллов). Уровень физической подготовленности кандидата оценивается как не соответствующий установленным требованиям, если:

- какое-либо физическое упражнение не выполнено;
- не набран минимум баллов в одном физическом упражнении;
- набранная сумма баллов в трех физических упражнениях ниже требуемой суммы баллов;
- кандидат отказался от выполнения физического упражнения (в том числе при невозможности его выполнить из-за болезни, травмы и т.д.).

Кандидаты, уровень физической подготовленности которых в результате проверки оценен как не соответствующий установленным требованиям, выбывают из конкурса на целевые места МО РФ по соответствующим специальностям, направлениям подготовки.

Начисление баллов за выполнение отдельных физических упражнений осуществляется в соответствии с установленной таблицей. Минимум баллов в одном упражнении составляет 30 баллов. Общая минимальная сумма баллов за выполнение трех физических упражнений - 120 баллов, то есть, если по двум упражнениям набрано по 30 баллов, то по третьему упражнению нужно набрать 60 баллов. Результаты вступительного испытания оцениваются по 100-балльной шкале в соответствии с требованиями по уровню физической подготовки и таблицей пересчета результатов, показанных абитуриентами в отдельных видах физической подготовленности, в баллы, соответствующие 100 балльной шкале.

4. Перечень принадлежностей

Экзаменующийся должен иметь спортивную форму, документ удостоверяющий личность поступающего.

Экзаменующийся имеет право иметь при себе спортивную форму одежды, средства гигиены (влажные салфетки), бутылку с водой или соком, шоколад и лекарства в случае необходимости их применения в течение срока проведения вступительного испытания.

Запрещено использование медицинскими препаратами (допингами), вызывающими анаболический эффект пользоваться **категорически запрещено**.