

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РОСТОВСКОЙ ОБЛАСТИ  
государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение  
Ростовской области

«Шахтинский региональный колледж топлива и энергетики  
им. ак. Степанова П.И.»

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБПОУ РО «ШРКТЭ  
им. ак. Степанова П.И.»  
В.Н. Недайвозов  
«25» 02 2026 г.  
Приказ № 33 от 04.02.2026 г.



## ПОЛОЖЕНИЕ

о проведении вступительных испытаний по специальности  
20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях

РАССМОТРЕНО  
Советом ГБПОУ РО  
«ШРКТЭ им. ак. Степанова П.И.»  
«04» 02 2026 г.  
Протокол № 3

## СОДЕРЖАНИЕ

|   |   |
|---|---|
| 1. Общие положения  | 3 |
| 2 Организация и порядок проведения дополнительного вступительного<br>испытания по общей физической подготовке (ОФП) | 4 |
| 3. Контрольно- измерительные материалы  | 7 |

## **1 Общие положения**

Настоящее Положение регламентирует прием граждан Российской Федерации, иностранных граждан, лиц без гражданства, в том числе соотечественников за рубежом в ГБПОУ РО «Шахтинский региональный колледж топлива и энергетики им. ак. Степанова П.И.» для обучения по программе подготовки специалистов среднего звена по специальности 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях, за счет бюджетных ассигнований областного бюджета и по договорам с оплатой стоимости обучения.

Прием по программам среднего профессионального образования осуществляется на общедоступной основе. При приеме на обучение по программам среднего профессионального образования по профессиям и специальностям, требующим наличия у поступающих определенных творческих способностей, физических и психологических качеств, проводятся вступительные испытания в соответствии с регламентирующими документами:

- Федеральным законом от 29 декабря 2012г № 273-ФЗ « Об образовании в Российской Федерации (в ред. от 15.10.2025г.);
- Приказом Минпросвещения России от 2 сентября 2020г. № 457 « Об утверждении порядка приема граждан на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования» (в ред. Приказа Минпросвещения от 28.10.2024г. № 750);
- Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам среднего профессионального образования (Приказ Минобрнауки России от 24.08.2022г. № 762);
- Уставом государственного бюджетного профессионального образовательного учреждения Ростовской области «Шахтинский региональный колледж топлива и энергетики им. ак. Степанова П.И.»;
- Правилами приема в государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение Ростовской области «Шахтинский региональный колледж топлива и энергетики им. ак. Степанова П.И.» на 2026/2027 учебный год.

## **2 Организация и порядок проведения дополнительного вступительного испытания по общей физической подготовке (ОФП)**

В соответствии с Порядком приема на обучение по образовательным программам среднего профессионального образования, утвержденным Приказом Минпросвещения России от 02.09.2020 № 457(в ред. Приказа Минпросвещения от 28.10.2024г. № 750); Правилами приема в ГБПОУ РО «Шахтинский региональный колледж топлива и энергетики им. ак. Степанова П.И.» на 2026-2027 уч. год, вступительным испытанием для поступающих на специальность 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях является **общая физическая подготовка (ОФП)**

Организация вступительных испытаний обеспечивается в соответствии с правилами безопасности проведения занятий физической культурой и спортом. Сдача контрольных нормативов проводится в присутствии экзаменационной комиссии и медицинского работника.

Вступительное испытание проводится в виде просмотра, предусматривает выполнение контрольных нормативов **по общей физической подготовке**, соответствующих требованиям основных разделов школьной программы по физической культуре.

**Задача вступительного испытания:** проверка уровня физической подготовки абитуриентов.

**Виды контрольных испытаний:** челночный бег 3x10; прыжок в длину с места; отжимания в упоре от пола (юноши), отжимания в упоре от скамейки (девушки); сгибание и разгибание туловища из положения лежа.

**Методические рекомендации** по организации проведения испытаний (тестов), одобрены на заседании Координационной комиссии Министерства спорта Российской Федерации по введению и реализации Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

### **1. Челночный бег 3x10 м.**

Челночный бег проводится на любой ровной площадке с твердым покрытием, обеспечивающим хорошее сцепление с обувью. На расстоянии 10 м прочерчиваются 2 параллельные линии – «Старт» и «Финиш».

Участник, не наступая на стартовую линию, принимает положение высокого старта. По команде «Марш!» (с одновременным включением секундомера) участник бежит до финишной линии, касается линии рукой, возвращается к линии старта, касается ее и преодолевает последний отрезок без касания линии финиша рукой. Секундомер останавливают в момент пересечения линии «Финиш».

За ошибку снимается штрафной балл

Считается ошибкой:

- 1) не касание линий «Старт» и «Финиш» при развороте.

## **2. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (или от скамейки)**

Сгибание и разгибание рук в упоре лежа выполняется из ИП: упор лежа на полу (или от скамейки), руки на ширине плеч, кисти вперед и находятся под плечами, локти разведены не более 45 градусов, плечи, туловище и ноги составляют прямую линию. Стопы упираются в пол без опоры.

Сгибая руки, необходимо коснуться грудью пола (или скамейки), затем, разгибая руки, вернуться в ИП и, зафиксировав его, продолжить выполнение упражнения.

Засчитывается количество правильно выполненных сгибаний и разгибаний рук, фиксируемых счетом судьи.

Считается ошибками:

- 1) касание пола коленями, бедрами, тазом;
- 2) нарушение прямой линии "плечи - туловище - ноги";
- 3) разновременное разгибание рук.

## **3. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.**

Прыжок в длину с места толчком двумя ногами выполняется в секторе для горизонтальных прыжков. Место отталкивания должно обеспечивать хорошее сцепление с обувью. Участник принимает исходное положение (далее - ИП): ноги на ширине плеч, ступни параллельно, носки ног перед линией измерения. Одновременным толчком двух ног выполняется прыжок вперед. Мах руками разрешен.

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

За ошибку снимается штрафной балл

Считается ошибками:

- 1) заступ за линию измерения или касание ее;
- 2) выполнение отталкивания с предварительного подскока;
- 3) отталкивание ногами разновременно.

#### **4. Поднимание туловища из положения лежа на спине**

Поднимание туловища из положения лежа выполняется из ИП: лежа на спине, руки за головой (в замок), лопатки касаются пола, ноги выпрямлены в коленях.

Участник выполняет максимальное количество подниманий, касаясь лбом коленей, с последующим возвратом в ИП.

Засчитывается количество правильно выполненных подниманий туловища.

Считается ошибками:

- 1) отсутствие касания лбом коленей;
- 2) отсутствие касания лопатками пола;
- 3) пальцы разомкнуты "из замка";
- 4) смещение таза.

#### **Регламент проведения экзамена:**

Вступительное испытание проводится группами по 10 человек в спортивном зале. Поступающие должны быть одеты в спортивную форму (спортивную одежду и спортивную обувь). Поступающие, не имеющие спортивной формы, к испытанию не допускаются.

Перед началом вступительного испытания проводится консультация и всем поступающим предоставляется время для разминки.

Для выполнения упражнения поступающему предоставляется одна попытка. Повторная сдача вступительных испытаний при получении неудовлетворительного результата не допускается.

Результаты вступительных испытаний оцениваются по балльной системе и оформляются протоколом. Максимальное количество баллов в одном испытании –

25. Суммарное количество баллов переводится в 5-ти балльную систему. При зачислении на обучение за счет средств бюджетных ассигнований областного бюджета учитывается сумма баллов: среднего балла аттестата и результатов ОФП.

26. Зачисление поступающих в первоочередном порядке осуществляется при условии успешного прохождения вступительных испытаний.

**Мастера спорта, Кандидаты в мастера спорта освобождаются от сдачи вступительного испытания по ОФП (получают максимальный балл) при представлении соответствующих документов.**

### Контрольно- измерительные материалы

| <b>Челночный бег 3 x 10м.<br/>(секунды)</b> |       |             | <b>Сгибание и разгибание<br/>рук в упоре лежа (от<br/>пола- юноши;<br/>от скамейки -девушки)<br/>(кол-во раз<br/>за 30 сек.)</b> |       |             | <b>Прыжок в длину с места<br/>толчком двумя ногами<br/>( сантиметры)</b> |       |             | <b>Поднимание<br/>туловища из положения<br/>лежа на спине, руки за<br/>голову<br/><br/>(кол-во раз за 30 сек.)</b> |       |             |
|---|-------|-------------|--|-------|-------------|--|-------|-------------|--|-------|-------------|
| Кол-во<br>баллов                            | Юноши | Девуш<br>ки | Кол-во<br>баллов   | Юноши | Девуш<br>ки | Кол-во<br>баллов   | Юноши | Девуш<br>ки | Кол-во<br>баллов   | Юноши | Девуш<br>ки |
| 1   | 9,6   | 10,6        | 1  | 20    | 15          | 1  | 130   | 110         | 1  | 6     | 2           |
| 2   | 9,5   | 10,5        | 2  | 22    | 17          | 2  | 135   | 115         | 2  | 7     | 3           |
| 3   | 9,4   | 10,4        | 3  | 24    | 18          | 3  | 140   | 120         | 3  | 8     | 4           |
| 4   | 9,3   | 10,3        | 4  | 26    | 19          | 4  | 145   | 125         | 4  | 9     | 5           |
| 5   | 9,2   | 10,2        | 5  | 28    | 20          | 5  | 150   | 130         | 5  | 10    | 6           |
| 6   | 9,1   | 10,1        | 6  | 30    | 21          | 6  | 155   | 135         | 6  | 11    | 7           |
| 7   | 9,0   | 10,0        | 7  | 32    | 22          | 7  | 160   | 140         | 7  | 12    | 8           |
| 8   | 8,9   | 9,9         | 8  | 33    | 23          | 8  | 165   | 145         | 8  | 13    | 9           |
| 9   | 8,8   | 9,8         | 9  | 34    | 24          | 9  | 170   | 150         | 9  | 14    | 10          |
| 10  | 8,7   | 9,7         | 10   | 35    | 25          | 10   | 175   | 155         | 10   | 15    | 11          |
| 11  | 8,6   | 9,6         | 11   | 36    | 26          | 11   | 180   | 160         | 11   | 16    | 12          |
| 12  | 8,5   | 9,5         | 12   | 37    | 27          | 12   | 185   | 165         | 12   | 17    | 13          |
| 13  | 8,4   | 9,4         | 13   | 38    | 28          | 13   | 190   | 170         | 13   | 18    | 14          |
| 14  | 8,3   | 9,3         | 14   | 39    | 29          | 14   | 195   | 175         | 14   | 19    | 15          |
| 15  | 8,2   | 9,2         | 15   | 40    | 30          | 15   | 200   | 180         | 15   | 20    | 16          |
| 16  | 8,1   | 9,1         | 16   | 41    | 31          | 16   | 205   | 185         | 16   | 21    | 17          |
| 17  | 8,0   | 9,0         | 17   | 42    | 32          | 17   | 210   | 190         | 17   | 22    | 18          |
| 18  | 7,9   | 8,9         | 18   | 43    | 33          | 18   | 215   | 195         | 18   | 23    | 19          |
| 19  | 7,8   | 8,8         | 19   | 44    | 34          | 19   | 220   | 200         | 19   | 24    | 20          |
| 20  | 7,7   | 8,7         | 20   | 45    | 35          | 20   | 225   | 205         | 20   | 25    | 21          |
| 21  | 7,6   | 8,6         | 21   | 46    | 36          | 21   | 230   | 210         | 21   | 26    | 22          |
| 22  | 7,5   | 8,5         | 22   | 47    | 37          | 22   | 235   | 215         | 22   | 27    | 23          |
| 23  | 7,4   | 8,4         | 23   | 48    | 38          | 23   | 240   | 220         | 23   | 28    | 24          |
| 24  | 7,3   | 8,3         | 24   | 49    | 39          | 24   | 245   | 225         | 24   | 29    | 25          |
| 25  | 7,2   | 8,2         | 25   | 50    | 40          | 25   | 250   | 230         | 25   | 30    | 26          |

| Сумма баллов по<br>100 -балльной<br>шкале | 1 - 20 | 21 - 30 | 31 - 60 | 61 - 74 | 75 - 89 | 90 - 100 |
|---|--------|---------|---------|---------|---------|----------|
| Оценка по 5 -<br>балльной шкале           | «0»    | «1»     | «2»     | «3»     | «4»     | «5»      |