Приложение № 11
к приказу от 08 ИЮН 2021 № 342

Критерии

по оценке физической подготовленности кандидатов, поступающих в федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации в рамках целевого набора с обучением в военном учебном центре

г. Ростов-на-Дону
2021

1. Общие положения

1.1. Оценка физической подготовленности проводится кандидатам, поступающим в федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный медицинский университет» Министерства здравоохранения Российской Федерации (далее – Университет) по целевому приёму в военный учебный центр (далее – кандидаты), в соответствии с Порядком приема и обучения граждан Российской Федерации в военных учебных центрах при федеральных государственных образовательных организациях высшего образования (Приказ Министра обороны Российской Федерации от 26 августа 2020 г. №400) в целях проверки соответствия уровня физической подготовленности к военно-профессиональной деятельности.

1.2. Физическая подготовленность кандидатов оценивается в соответствии с Наставлением по физической подготовке в Вооруженных Силах Российской Федерации (НФП-2009), утвержденным приказом Министра обороны РФ от 21 апреля 2009 г. № 200, по итогам результатов проверки физических упражнений (трех элементов испытания).

1.3. Оценка физической подготовленности проводится в период работы приемной комиссии, согласно утвержденному председателем приёмной комиссии Университета расписанию.

Форма одежды - спортивная.

1.4. Посторонние лица к месту проведения вступительных испытаний не допускаются. Режимно-ограничительные мероприятия в период проведения вступительных испытаний обеспечиваются сотрудниками группы пропускного режима отдела безопасности Университета.

1.5. Для медицинского обеспечения вступительных испытаний в состав экзаменационной комиссии включается врач-специалист по спортивной медицине, в месте проведения испытаний в течение всего периода их проведения находятся врач с укладкой для оказания скорой медицинской помощи и санитарный автомобиль, оснащённый носилками.

2. Форма, правила определения и требования, предъявляемые к физической подготовленности кандидатов.

2.1. Форма, правила определения и требования, предъявляемые к физической подготовленности для юношей.

Кандидаты из числа юношей выполняют следующие упражнения для оценки физической подготовленности:

- подтягивание на перекладине (упражнение №4),
- бег на 100 метров (упражнение №41),
- бег на 3 км (упражнение №46).

Правила выполнения упражнений:

Упражнение № 4. Подтягивание на перекладине.

Вис (хват сверху, ноги вместе), сгибая руки, подтянуться (подбородок выше перекладины), разгибая руки, опуститься в вис. Положение виса фиксируется.

Разрешается незначительное сгибание и разведение ног.

Запрещается выполнение движений рывком и махом.

Рис. 1 Подтягивание на перекладине

Упражнение № 41. Бег на 100 м

Упражнение выполняется с высокого старта по беговой дорожке стадиона или ровной площадке с любым покрытием.

Упражнение № 46. Бег на 3 км.

Упражнение проводится на ровной поверхности с общего или раздельного старта. Старт и финиш оборудуются в одном месте.

2.2. Форма, правила определения и требования, предъявляемые к физической подготовленности для девушек.

Для кандидатов из числа девушек определяются следующие упражнения для оценки физической подготовленности:

- наклоны туловища из положения лежа (упражнение № 2),
- бег на 100 метров (упражнение №41),
- бег на 1 км (упражнение №45).

Упражнение №2. Наклоны туловища вперед.

Лежа на спине, руки за голову, сцепить пальцы в замок, ноги закреплены. Наклонить туловище вперед до касания локтями коленей и возвратиться в исходное положение до касания пола лопатками.

Упражнение выполняется в течение одной минуты.

Разрешается незначительное сгибание ног.

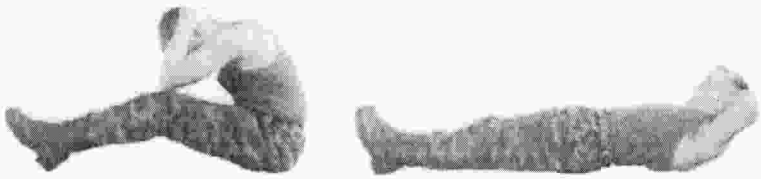

Рис. 2 Наклоны туловища вперёд

Упражнение № 41. Бег на 100 м

Упражнение выполняется с высокого старта по беговой дорожке стадиона или ровной площадке с любым покрытием.

Упражнение № 45. Бег на 1 км.

Упражнение проводится на ровной поверхности с общего или раздельного старта. Старт и финиш оборудуются в одном месте.

2.3. Порядок выполнения упражнений определяется председателем экзаменационной комиссии по оценке физической подготовленности с учетом количества кандидатов, погодных и других условий, но, как правило, в следующем порядке – упражнение на быстроту, силовые упражнения, упражнения на выносливость.

2.4. Для допуска кандидата к выполнению физических упражнений необходимо заключение врача из состава экзаменационной комиссии. Кандидаты, освобожденные по состоянию здоровья на момент проведения вступительного испытания, либо не явившиеся по документально подтверждённой уважительной причине, могут быть допущены к сдаче вступительного испытания в другой группе.

2.5. После выполнения каждого упражнения кандидату объявляется его результат (количество раз для упражнений №2 и №4, секунды для упражнения №41 и минуты, секунды для упражнений №45, №46).

2.6. Выполнение физических упражнений в целях улучшения полученной оценки не допускается.

2.7. После выполнения упражнений кандидат подписывается в листе оценки (приложения №3,4) с результатами выполнения упражнений, выраженных в абсолютных величинах (количество раз для упражнений №2 и №4, секунды для упражнения №41 и минуты, секунды для упражнений №45, №46).

3. Порядок оценки и особенности нормативов при проведении экзамена по оценке физической подготовленности

3.1. За каждое выполненное упражнение по физической подготовке кандидату начисляется определенное количество баллов в соответствии с его результатом по «Таблице начисления баллов за выполнение упражнений по физической подготовке» (приложение №1).

Минимальный пороговый уровень в одном упражнении - 26 баллов.

3.2. Начисленные баллы за три выполненных упражнения суммируются. После чего, для определения уровня физической подготовленности кандидатов используется таблица перевода суммы набранных баллов по физической подготовке в 100-балльную шкалу (приложение №2).

Сумма баллов за выполнение упражнений по физической подготовке	В трёх упражнениях		
	120 – 149	150 – 169	170 и более
Перевод набранных баллов в 100-балльную шкалу	25 – 54	55 – 74	75 – 100

3.3. **Оценка «неудовлетворительно»** выставляется кандидатам, если:

– не набран минимальный пороговый уровень в одном упражнении (менее 26 баллов);
– сумма набранных баллов по итогам выполнения упражнений по физической подготовленности меньше 120 баллов;
– кандидат не явился к месту прохождения испытаний;
– кандидат не допущен к выполнению установленных физических упражнений ввиду наличия медицинских противопоказаний, определённых врачом из состава экзаменационной комиссии;
– кандидат без уважительной причины отказывается сдавать упражнение.

3.4. Не позднее, чем на следующий день после проведения проверки физической подготовленности кандидатов объявляется оценка с указанием полученных баллов (по 100-балльной шкале). На сдающих кандидатов оформляется ведомость установленной формы.

Приложение №1

ТАБЛИЦА
НАЧИСЛЕНИЯ БАЛЛОВ ЗА ВЫПОЛНЕНИЕ УПРАЖНЕНИЙ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ

Баллы	Упражнение N4 подтягивание на перекладине	Упражнение N 2 наклоны туловища вперед	Упражнение N41 бег на 100 м		Упражнение N45 бег на 1 км	Упражнение N46 бег на 3 км
	для юношей	*для девушек*	*для юношей/ для девушек*		*для девушек*	*для юношей*
Ед. изм./ баллы	количество раз	количество раз	с 0,1 с = 2 б		мин., с	мин., с
Баллы свыше	1р = 3б	2р = 1б	юноши	девушки	1 с = 1 б	3 с = 1 б
100	30	55	11,8	14,8	3.40	10.30
99	-		-	14,9	3.41	10.32
98	29	54	11,9	-	3.42	10.34
97			-	15,0	3.43	10.35
96	28	53	12,0	-	3.44	10.38
95			-	15,1	-	10.40
94	27	52	12,1	-	3.45	10.42
93			-	15,2	-	10.44
92	26	51	12,2	-	3.46	10.46
91			-	15,3	-	10.48
90	25	50	12,3	-	3.47	10.50
89			-	15.4	-	10.52
88	24	49	12,4	-	3.48	10.54
87			-	15,5	-	10.56
86	23	48	12,5	-	3.49	10.58
85			-	15,6	-	11.00
84	22	47	12,6	-	3.50	11.04
83			-	15,7	-	11.08
82	21	46	12,7	-	3.51	11.12
81			-	15,8	-	11.16
80	20	45	12,8	-	3.52	11.20
79			-	15,9	-	11.24
78	19	44	12,9	-	3.53	11.28
77			-	16,0	-	11.32
76	18	43	13,0	-	3.54	11.36
75			-	16,1	-	11.40
74	17	42	13,1	-	3.55	11.44
73			-	-	-	11.48
72	16	41	13,2	16,2	3.56	11.52
71			-	-	-	11.56
70	15	40	-	-	-	12.00
69			13,3	16,3	3.57	12.04

68		39	-	-	-	12.08
67			-	-	-	12.12
66	14	38	13,4	16,4	3.58	12.16
65			-	-	-	12.20
64		37	-	-	-	12.24
63			13,5	16,5	3.59	12.28
62	13	36	-	-	-	12.32
61			-	-	-	12.36
60		35	13,6	16,6	4.00	12.40
59			-	-	4.02	12.44
58	12	34	-	16,7	4.04	12.48
57			13,7	-	4.07	12.52
56		33	-	16,8	4.00	12.56
55			-	16,9	4.13	13.00
54	11	32	13,8	-	4.16	13.04
53			-	17,0	4.19	13.08
52		31	-	17,1	4.22	13.12
51			13,9	17,2	4.25	13.16
50	10	30	-	-	4.27	13.20
49			-	17,3	4.29	13.24
48		29	14,0	17,4	4.31	13.28
47			-	17,6	4.33	13.32
46	9	28	14,1	-	4.35	13.36
45			-	17,7	4.37	13.40
44		27	14,2	17,8	4.39	13.44
43			-	17,9	4.41	13.48
42	8	26	14,3	-	4.43	13.52
41			-	18,0	4.45	13.56
40		25	14,4	18,1	4.47	14.00
39			-	-	4.49	14.04
38	7	24	14,5	18,2	4.51	14.08
37			-	18,3	4.53	14.12
36		23	14,6	18.4	4.55	14.16
35			-	18,5	4.57	14.20
34	6	22	14,7	-	4.59	14.24
33			-	18,6	5.01	14.28
32		21	14.8	18,7	5.03	14.32
31			14,9	18,8	5.05	14.36
30	5	20	15,0	18,9	5.07	14.40
29			15.1	19,0	5.09	14.44
28		19	15,2	19,2	5.10	14.48
27			15,3	19.4	5.15	14.52
26	4	18	15,4	19,6	5.20	14.56
25			15,6	19,8	5.25	15.00
24		17	15,8	20,0	5.30	15.04
23			16,0	20,2	5.35	15.08
22	3	16	16,2	20,4	5.40	15.12
21			16,4	20,6	5.50	15.16
20		15	16,7	20,8	6.00	15.20
19			16,9	21.0	6.10	15.24
18		14	17,1	21,1	6.20	15.28
17			17,3	-	-	15.32
16	2		17,5	-	-	15.36

15			17,6	-	-	15.40
14			17,7	-	-	15.44
13			17,8	-	-	15.48
12			18,0	-	-	15.52
11			18,1	-	-	15.56
10			18,2	-	-	16.00
9			18,3	-	-	16.06
8			18,4	-	-	16.12
7			18,5	-	-	16.18
6	1		18,9	-	-	16.24

Приложение №2

ТАБЛИЦА ПЕРЕВОДА СУММЫ НАБРАННЫХ БАЛЛОВ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ В 100-БАЛЛЬНУЮ ШКАЛУ
(для юношей и девушек)

сумма набранных баллов (в трех упражнениях)	перевод баллов в 100 балльную шкалу	оценка
120	25	оценка «удовлетворительно»
121	26	
122	27	
123	28	
124	29	
125	30	
126	31	
127	32	
128	33	
129	34	
130	35	
131	36	
132	37	
133	38	
134	39	
135	40	
136	41	
137	42	
138	43	
139	44	
140	45	
141	46	
142	47	
143	48	
144	49	
145	50	
146	51	
147	52	
148	53	
149	54	
150	55	

151	56	оценка «хорошо»
152	57	
153	58	
154	59	
155	60	
156	61	
157	62	
158	63	
159	64	
160	65	
161	66	
162	67	
163	68	
164	69	
165	70	
166	71	
167	72	
168	73	
169	74	
170	75	оценка «отлично»
171	76	
172	77	
173	78	
174	79	
175	80	
176	81	
177	82	
178	83	
179	84	
180	85	
181	86	
182	87	
183	88	
184	89	
185	90	
186	91	
187	92	
188	93	
189	94	
190	95	
191	96	
192	97	
193	98	
194	99	
195	100	