

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛИПЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ П.П. СЕМЕНОВА-ТЯН-ШАНСКОГО»
(ЛГПУ имени П.П. Семенова-Тян-Шанского)**

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ
ПО ПРОФЕССИОНАЛЬНОМУ ИСПЫТАНИЮ (ТЕСТИРОВАНИЕ)
ПРИ ПРИЕМЕ НА ОБУЧЕНИЕ
ПО ПРОГРАММАМ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**СПЕЦИАЛЬНОСТЬ
49.02.01 ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

Липецк – 2026



**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат:00d3d17879261d7a912242d248a35528db
Владелец: Федина Нина Владимировна
Действителен: с 11.02.2025 по 07.05.2026

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ОСНОВАМ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Форма проведения вступительного испытания – тестирование по общей физической подготовке.

1. Направление подготовки – Физическая культура 49.02.01.

Вступительные испытания по общей физической подготовке включают в себя пять упражнений, характеризующих общую физическую подготовку абитуриента.

За каждое упражнение абитуриент оценивается от 5 до 1 балла.

Максимальная сумма набранных баллов за выполнения всех упражнений составляет 25 баллов.

Для участия в конкурсе определяется средний балл. Средний балл рассчитывается по формуле: сумма баллов, набранных в 5 (пяти) видах испытаний делится на 5 (пять). Итоговый результат определяется до двух знаков после запятой.

Минимальная сумма баллов для участия в конкурсе – 2,00 балла.

Таблица 1.

Вступительные нормативы по основам физической подготовки (юноши)

Наименование теста	ЮНОШИ				
	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, (от уровня скамьи - см)	16	13	8	6	4
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, (количество раз)	48	43	32	25	19
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, (см)	246	235	213	192	167
Поднимание туловища из положения лежа на спине, (количество раз за 1 мин)	56	51	41	35	29
Челночный бег 3x10 м., (с)	6,9	7,1	7,7	8,2	8,5

Таблица 2.

Вступительные нормативы по основам физической подготовки (девушки)

Наименование теста	ДЕВУШКИ				
	«5»	«4»	«3»	«2»	«1»
Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, (от уровня скамьи - см)	20	16	9	7	5
Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на полу, (количество раз)	20	17	12	8	5
Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, (см)	196	188	173	157	148
Поднимание туловища из положения лежа на спине, (количество раз за 1 мин)	49	45	37	32	27
Челночный бег 3x10 м., (с)	7,7	7,9	8,7	9,1	9,4