

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Горшков Георгий Сергеевич  
Должность: Директор  
Дата подписания: 06.09.2022 15:24:26  
Уникальный программный ключ:  
04d55b8ea2476cfda27c6795d5e9981c9c522fdc

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«МОСКОВСКИЙ ОБЛАСТНОЙ ФИНАНСОВО-ЮРИДИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»**

**ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ**

**ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА**

для поступающих на специальность среднего профессионального образования  
**40.02.02 Правоохранительная деятельность**

Вступительное испытание по дисциплине «Физическая культура» проводится в форме экзамена (тестирование физических способностей).

Экзамен проводится в один день и предусматривает выполнение 4 нормативов. Для получения зачета необходимо набрать по каждому нормативу не менее 5 баллов.

Минимальное количество баллов при выполнении упражнений – 20. Максимальное количество баллов – 100.

**Нормативы прохождения испытаний**

**Юноши**

| №<br>п/п | Упражнение                                             | Баллы |     |     |     |     |
|----------|--------------------------------------------------------|-------|-----|-----|-----|-----|
|          |                                                        | 25    | 20  | 15  | 10  | 5   |
| 1        | Отжимания в упоре лежа на полу (кол-во раз за 60 сек.) | 40    | 35  | 30  | 25  | 20  |
| 2        | Прыжки в длину с места (см)                            | 230   | 220 | 210 | 200 | 190 |
| 3        | Бег 30 (м)                                             | 4.8   | 5.1 | 5.4 | 5.6 | 5.8 |
| 4        | Пресс (кол-во раз за 60 с)                             | 45    | 40  | 35  | 30  | 28  |

**Девушки**

| №<br>п/п | Упражнение                                             | Баллы |     |     |     |     |
|----------|--------------------------------------------------------|-------|-----|-----|-----|-----|
|          |                                                        | 25    | 20  | 15  | 10  | 5   |
| 1        | Отжимания в упоре лежа на полу (кол-во раз за 60 сек.) | 13    | 10  | 7   | 5   | 4   |
| 2        | Прыжки в длину с места (см)                            | 185   | 175 | 168 | 165 | 160 |
| 3        | Бег 30 (м)                                             | 5.5   | 5.8 | 6.1 | 6.4 | 6.6 |
| 4        | Пресс (кол-во раз за 60 с)                             | 40    | 35  | 30  | 25  | 20  |