



**Программа профильных вступительных испытаний
по учебному предмету «Физическая культура и спорт» для лиц, поступающих для
получения общего высшего образования по специальности 6-05-1012-02 «Тренерская
деятельность (легкая атлетика)» Могилевский государственный университет имени
А. А. Кулешова» в 2026 году**

Общие положения

Программа вступительных испытаний по дисциплине «Физическая культура и спорт» разработана согласно Правилам приема лиц для получения общего высшего и специального высшего образования, утвержденными Указом Президента Республики Беларусь от 27.01.2022 № 23 (в редакции Указа Президента Республики Беларусь №2 от 03.01.2023 и Указа Президента Республики Беларусь №416 от 29.12.2023) (далее - Правила приема), Положению о приемной комиссии учреждения высшего образования, утвержденному постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 23.03.2006 № 23 и в соответствии с постановлением Министерства образования Республики Беларусь от 10.08.2022 № 245 «О вступительных испытаниях для поступления в учреждения высшего образования».

Вступительные испытания проводятся в форме соревнований с обязательным соблюдением Правил безопасности проведения занятий физической культурой и спортом, утвержденных постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 31.08.2018 № 60.

Спортивные сооружения для организации вступительных испытаний, а также используемый в ходе соревнований физкультурный и спортивный инвентарь и оборудование, должны соответствовать санитарным нормам и правилам к эксплуатации учреждений образования, утвержденным постановлением Совета Министров Республики Беларусь от 07.08.2019 № 525.

Для абитуриентов, поступающих на направления специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (легкая атлетика)», которые при подаче на данную специальность подтверждают наличие не ниже III спортивного разряда (в соответствии с Указом Президента Республики Беларусь от 27.01.2022 №23) входят шесть контрольных упражнений, из которых:

- три контрольных упражнения, определяющие уровень специальной физической подготовленности в избранном виде спорта;
- три контрольных упражнения, определяющие уровень сформированности двигательных умений и навыков в избранном виде спорта.

К выполнению вступительных испытаний допускаются абитуриенты, прошедшие медицинское обследование и представившие в приемную комиссию УВО медицинскую справку о состоянии здоровья по форме, постановления министерства здравоохранения Республики Беларусь от 21 августа 2025 г. № 87

Обязательным условием организации вступительных испытаний является присутствие в течение всего времени их проведения медицинского работника.

В соответствии с Законом Республики Беларусь от 04.01.2014 125-3 «О физической культуре и спорте» и Правилами безопасности занятий физической культурой и спортом, утвержденными постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 31.08.2018 № 60, и Закона Республики Беларусь от 9 января 2018 г. № 92-3 УВО обязан обеспечить безопасные условия проведения вступительных испытаний.

Нормативные требования для направления специальности «Спортивно-педагогическая деятельность (тренерская работа по легкой атлетике)»

Нормативы и оценка контрольных упражнений

Контрольные упражнения, единицы измерения	Баллы									
	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Юноши										
1. Подтягивание в висе на высокой перекладине, раз	16	15	13	12	11	8	6	3	2	1
2. Прыжок в длину с места, см										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	300	295	290	285	280	275	270	265	255	254 и менее
Группа бега на средние и длинные дистанции	280	275	270	265	260	255	250	245	235	234 и менее
Группа спортивной ходьбы	260	255	250	245	240	235	230	225	215	214 и менее
Группа метаний и толкания ядра	295	290	285	280	275	270	265	260	250	249 и менее
3. Бег 1000 м, мин. с										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	2.48,0	2.51,0	2.54,0	2.58,0	3.02,0	3.06,0	3.10,0	3.14,0	3.18,0	3.18,1 и более
Группа прыжков	2.53,0	2.56,0	2.59,0	3.03,0	3.07,0	3.11,0	3.15,0	3.19,0	3.23,0	3.23,1 и более
Группа бега на средние и длинные дистанции	2.38,0	2.41,0	2.44,0	2.47,0	2.50,0	2.53,0	2.56,0	2.59,0	3.02,0	3.02,1 и более
Группа спортивной ходьбы	2.45,0	2.48,0	2.51,0	2.54,0	2.57,0	3.00,0	3.03,0	3.06,0	3.09,0	3.09,1 и более

Группа метаний и толкания ядра	3.15,0	3.20,0	3.25,0	3.30,0	3.35,0	3.40,0	3.45,0	3.50,0	3.55,0	3.55,1 и более
4. Основной вид по выбору										
100 м, с	10,7	10,9	11,1	11,4	11,7	12,1	12,6	13,3	14,1	14,2 и более
200 м, с	22,1	22,5	22,9	23,5	24,1	24,8	25,5	27,9	30,4	30,5 и более
400 м, с	49,9	50,9	51,9	53,9	55,9	57,9	59,9	1.04,9	1.09,9	1.10,0 и более
800 м, с	1.56,7	1.59,0	2.02,5	2.06,0	2.11,0	2.16,0	2.21,0	2.36,0	2.40,0	2.40,1 и более
1500 м, с	4.00,0	4.06,0	4.13,0	4.20,0	4.30,0	4.40,0	4.44,0	4.49,0	5.30,0	5.30,1 и более
5000 м, с	14.55,0	15.15,0	15.45,0	16.10,0	16.50,0	17.30,0	18.00,0	18.30,0	20.30,0	20.30,1 и более
110 м с/б, с	15,3	15,8	16,3	16,8	17,4	18,0	18,5	19,0	19,5	19,6 и более
400 м с/б, с	56,7	58,5	1.00,5	1.02,5	1.06,0	1.10,0	1.12,0	1.15,0	1.16,5	1.16,6 и более
5 км с/х, с	22.10,0	22.50,0	23.45,0	24.40,0	25.30,0	26.30,0	27.30,0	29.00,0	30.00,0	30.00,1 и более
Высота, м	1,96	1,90	1,83	1,75	1,70	1,65	1,60	1,55	1,30	1,29 и менее
Длина, м	7,00	6,80	6,50	6,20	6,00	5,80	5,55	5,30	4,20	4,19 и менее
Тройной, м	14,75	14,30	13,80	13,30	12,90	12,50	12,10	11,70	10,0	9,99 и менее
Диск, м (1.75 кг)	47,25	44,50	41,25	38,00	35,00	32,00	30,50	28,50	27,00	26,99 и менее
Молот, м	57,00	54,00	50,25	46,50	43,00	39,00	37,50	35,50	34,00	33,99 и менее
Копье, м	64,00	61,00	57,00	53,00	48,00	43,00	42,00	40,50	39,50	39,49 и менее
Ядро, м	15,10	14,20	13,25	12,30	11,60	10,80	10,20	9,40	9,00	8,99 и менее
Троеборье (200 м, длина, ядро), кол-во очков	2300	2200	2100	1950	1800	1600	1400	1100	900	899 и менее
Шест, м	4,40	4,30	4,20	3,95	3,70	3,40	3,10	2,80	2,40	2,39 и менее

5. Бросок ядра двумя руками снизу вперед, м										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	14,00	13,50	13,00	12,50	12,00	11,50	11,00	10,00	9,00	8,99 и менее
Группа бега на средние и длинные дистанции	13,00	12,50	12,00	11,50	11,00	10,50	10,00	9,00	8,00	7,99 и менее
Группа спортивной ходьбы	12,00	11,50	11,00	10,50	10,00	9,50	9,00	8,00	7,00	6,99 и менее
Группа метаний и толкания ядра	15,00	14,50	14,00	13,50	13,00	12,50	12,00	11,00	10,00	9,99 и менее
6. Бег 60 м, с										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	6,8	6,9	7,0	7,1	7,3	7,5	7,7	8,1	8,6	8,7 и более
Группа бега на средние и длинные дистанции	7,2	7,3	7,4	7,5	7,7	7,9	8,1	8,5	9,1	9,2 и более
Группа спортивной ходьбы	7,4	7,5	7,6	7,7	7,9	8,1	8,3	8,7	9,3	9,4 и более
Группа метаний и толкания ядра	7,2	7,3	7,4	7,5	7,7	7,9	8,1	8,5	9,1	9,2 и более
Девушки										
1. Поднимание туловища за одну минуту, раз	57	55	53	52	50	47	44	41	38	37 и менее
2. Прыжок в длину с места, см										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	240	235	230	225	220	215	210	205	200	199 и менее
Группа бега на средние и длинные дистанции	220	215	210	205	200	195	190	185	180	179 и менее
Группа спортивной ходьбы	200	195	190	185	180	175	170	165	160	159 и менее

Группа метаний и толкания ядра	235	230	225	220	215	210	205	200	195	194 и менее
3. Бег 600 м, мин										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	1.52,0	1.55,0	1.57,0	2.01,0	2.04,0	2.07,0	2.10,0	2.13,0	2.16,0	2.16,1 и более
Группа прыжков	1.54,0	1.57,0	1.59,0	2.03,0	2.06,0	2.09,0	2.12,0	2.15,0	2.18,0	2.18,1 и более
Группа бега на средние и длинные дистанции	1.40,0	1.43,0	1.46,0	1.49,0	1.52,0	1.55,0	1.58,0	2.01,0	2.04,0	2.04,1 и более
Группа спортивной ходьбы	1.47,0	1.50,0	1.53,0	1.56,0	1.59,0	2.02,0	2.05,0	2.07,0	2.11,0	2.11,1 и более
Группа метаний и толкания ядра	2.13,0	2.16,0	2.19,0	2.22,0	2.25,0	2.27,0	2.31,0	2.34,0	2.37,0	2.37,1 и более
4. Основной вид по выбору										
100 м, с	12,3	12,6	12,9	13,3	13,7	14,2	14,7	15,7	16,9	17,0 и более
200 м, с	25,3	26,0	26,7	27,5	28,4	29,6	30,9	33,0	35,0	35,1 и более
400 м, с	57,1	59,0	1.00,9	1.02,09	1.04,9	1.07,4	1.09,9	1.15,9	1.21,9	1.22,0 и более
800 м, с	2.16,5	2.20,0	2.25,5	2.31,0	2.36,0	2.42,0	2.47,0	2.53,0	3.15,0	3.15,1 и более
1500 м, с	4.41,0	4.49,0	4.59,0	5.10,0	5.26,0	5.42,0	5.48,0	5.55,0	6.25,0	6.25,1 и более
5000 м, с	17.30,0	18,00,0	18.40,0	19.20,0	20.20,0	21.20,0	21.60,0	22.10,0	24.30,0	24.30,1 и более
100 м с/б, с	15,3	15,9	16,6	17,4	18,2	19,0	19,7	20,4	21,3	21,4 и более
400 м с/б, с	1.05,2	1.07,0	1.10,0	1.13,0	1.16,0	1.20,0	1.22,0	1.25,0	1.27,0	1.27,1 и более
5 км с/х, с	25.45,0	26.30,0	27.00,0	28.20,0	29.30,0	31.00,0	31.40,0	32.30,0	33.00,0	30.00,1 и более

Высота, м	1,70	1,65	1,60	1,55	1,50	1,45	1,40	1,35	1,20	1,19 и менее
Длина, м	5,80	5,60	5,40	5,20	5,00	4,80	4,65	4,50	3,80	3,79 и менее
Тройной, м	12,60	12,30	11,95	11,60	11,30	11,00	10,65	10,30	9,00	8,99 и менее
Диск, м (1кг)	45,75	42,50	39,25	36,00	33,00	30,00	28,50	26,50	19,00	18,99 и менее
Молот, м	47,00	44,00	40,50	37,00	34,50	31,00	29,50	28,00	21,00	20,99 и менее
Копье, м	43,50	40,00	36,50	33,00	29,50	26,00	24,50	23,00	19,00	18,99 и менее
Ядро, м	13,55	12,60	11,60	10,50	9,50	8,50	8,00	7,40	6,50	6,49 и менее
Троеборье (200 м, длина, ядро), кол-во очков	2200	2100	2000	1750	1500	1350	1200	1000	800	799 и менее
Шест, м	3,20	3,10	3,00	2,90	2,80	2,60	2,40	2,20	2,00	1,99 и менее
5. Бросок ядра двумя руками снизу вперед, м										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	11,50	11,00	10,50	10,00	9,50	9,00	8,00	7,00	6,00	5,99 и менее
Группа бега на средние и длинные дистанции	10,50	10,00	9,50	9,00	8,50	8,00	7,00	6,00	5,00	4,99 и менее
Группа спортивной ходьбы	9,50	9,00	8,50	8,00	7,50	7,00	6,00	5,00	4,00	3,99 и менее
Группа метаний и толкания ядра	12,50	12,00	11,50	11,00	10,50	10,00	9,00	8,00	7,00	6,99 и менее
6. Бег 60 м, с										
Группа спринтерского бега и менее барьерного бега, прыжков, многоборья	7,6	7,8	8,0	8,2	8,4	8,7	9,0	9,4	9,9	10,0 и более
Группа бега на средние и длинные дистанции	8,3	8,5	8,7	8,9	9,1	9,4	9,7	10,1	10,6	10,7 и более
Группа спортивной ходьбы	8,5	8,7	8,9	9,1	9,3	9,6	9,9	10,3	10,8	10,9 и более
Группа метаний и толкания ядра	8,3	8,5	8,7	8,9	9,1	9,4	9,7	10,1	10,6	10,7 и более

Условия выполнения контрольных упражнений

Подтягивание в висе на высокой перекладине (юноши) выполняется на гимнастической перекладине из исходного положения «вис хватом сверху». Каждому абитуриенту предоставляется одна попытка. Во время выполнения упражнения не допускаются сгибания туловища и ног в коленных суставах, разведение, скрещивание и другие движения ногами, рывки, махи и раскачивания, перехваты рук. Подтягивание засчитывается, если подбородок абитуриента находится выше уровня перекладины, а при опускании руки полностью выпрямляются в локтевых суставах. Результат измеряется числом выполненных без нарушений подтягиваний.

Поднимание туловища за 1 минуту (девушки) выполняется на гимнастическом мате из исходного положения «лежа на спине, руки скрестно перед грудью, ладони на локтевых суставах, стопы ног зафиксированы». Угол в коленном суставе составляет 90 градусов.

Каждому абитуриенту предоставляется одна попытка. Во время выполнения упражнения не допускаются рывки руками. Засчитывается количество подъемов туловища при касании локтевых и коленных суставов с последующим опусканием на спину и касанием лопатками гимнастического мата.

Прыжок в длину с места выполняется толчком двумя ногами на полу спортивного зала. Каждому абитуриенту предоставляется 3 попытки подряд. Не допускается выполнять прыжки в яму с песком. Результат измеряется с точностью до 1,0 сантиметра. Засчитывается лучший результат из трех попыток.

Бег 600, 1000 метров проводится на беговой дорожке стадиона. Абитуриент, нарушивший правила соревнований бега, снимается с забега и ему в экзаменационный лист выставляется 0 баллов. Результат бега измеряется с точностью до 0,1 секунды согласно правилам соревнований по легкой атлетике.

Бросок ядра 6 кг (юноши), 4 кг (девушки) выполняется из зафиксированной позиции двумя руками снизу вперед с ровной поверхности огражденной белой линией в сектор, равный 34,92°. Каждому абитуриенту предоставляется три попытки подряд. Итоговый результат определяется по лучшему результату из трех попыток. В случае неправильного выполнения упражнения например:

1. Если приземление снаряда происходит на линию сектора или за его пределы;
2. Участник выполняет бросок ядра каким-то другим способом;
3. Если в момент выполнения броска спортсмен касается снарядом или любой частью тела за ограничительной линией.

Норматив не засчитывается, если участник выполняет три неудачные попытки, то в графу «Результат» выставляется 0, а в графу «Отметка» – 0 баллов.

Бег 60 метров (низкий либо высокий старт) проводится на прямой беговой дорожке. Абитуриент, нарушивший правила соревнований бега, снимается с забега и ему выставляется 0 баллов. Результат бега измеряется с точностью до 0,1 секунды согласно правилам соревнований по легкой атлетике.

Основной вид легкой атлетики. Выполняется согласно правилам вида по легкой атлетике.

Оценка результатов вступительных испытаний

Результат каждого контрольного упражнения оценивается по 10-балльной шкале согласно таблице «Десятибалльная шкала оценки результатов контрольных упражнений», прилагаемой к методическим рекомендациям. Отметка 0 (ноль) баллов за контрольное упражнение может быть выставлена абитуриенту в случае отсутствия результата при его выполнении или отказа абитуриента от его выполнения.

Итоговая отметка по вступительному испытанию по дисциплине «Физическая культура и спорт» рассчитывается как средняя арифметическая величина суммарного количества баллов, полученных абитуриентом по каждому из контрольных упражнений, с последующим математическим округлением ее до десятых и умножением полученного значения на 10. Например, если средняя арифметическая величина суммарного количества баллов, полученных абитуриентом по каждому из контрольных упражнений, равна 9,2, то итоговая отметка по вступительному испытанию по дисциплине «Физическая культура и спорт» равна 92 (9,2 x 10).

В соответствии с пунктом 25 Правил приема мастерам спорта Республики Беларусь, мастерам спорта Республики Беларусь международного класса Республики Беларусь, победителям (дипломы I степени) третьего (областного, Минского городского) этапа республиканской олимпиады по учебному предмету «Физическая культура и здоровье», проведенной Министерством образования в учебном году, выставляется высший балл по дисциплине вступительного испытания «Физическая культура и спорт» (без участия во вступительном испытании).

Абитуриенты, не явившиеся без уважительной причины (заболевание или другие независимые от абитуриента обстоятельства, не подтвержденные документально) на вступительные испытания по дисциплине «Физическая культура и спорт», или получившие итоговую отметку 29 (двадцать девять) баллов и ниже по сто балльной шкале на вступительном испытании по дисциплине «Физическая культура и спорт», к повторной сдаче вступительного испытания, участию в конкурсе на очную и заочную формы получения высшего образования по данной специальности не допускаются.

Абитуриенты, которые по уважительным причинам (заболевание или другие независимые от абитуриента обстоятельства, подтвержденные документально) не смогли явиться в УВО на вступительные испытания, а также получившие травму во время контрольных упражнений (подтвержденную документально), по решению приемной комиссии УВО повторно допускаются к их сдаче в календарных рамках, определенных сроками проведения вступительных испытаний.

График выполнения контрольных упражнений профильных вступительных испытаний по учебному предмету «Физическая культура и спорт» для лиц, поступающих для получения общего высшего образования по специальности 6-05-1012-02 «Тренерская деятельность (легкая атлетика)» Могилевский государственный университет имени А. А. Кулешова» в 2026 году:

Первый день:

1. Прыжок в длину с места толчком двумя ногами
2. Подтягивание в висе на высокой перекладине (юноши) / поднимание туловища за 1 мин (девушки);

Второй день:

1. Основной вид по выбору
2. Бросок ядра двумя руками снизу вперед, м;

Третий день:

1. Бег 60 м
2. Бег 1000, 600 м;

Перечень спортивного инвентаря, необходимого для организации выполнения профильных контрольных упражнений:

1. Секундомеры (10 шт.)
2. Измерительная линейка, рулетка (2 шт.)
3. Маты гимнастические (2 шт.)
4. Перекладина гимнастическая (1 шт.)
5. Манекен для дзюдо (1 шт.)
6. Мячи гандбольные (8 шт.)
7. Мячи баскетбольные (8 шт.)
8. Стартовые колодки (2 шт.)
9. Ядро легкоатлетическое 6кг и 4кг (по 4 шт.)
10. Копье, молот, диск (по 4 шт.)

Председатель предметной комиссии

А. В. Клочков