

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Томский государственный педагогический университет»
(ТГПУ)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор

А. Н. Макаренко

« 03 » *февраля* 2025 г.



нормативные требования к профессиональным вступительным испытаниям по
Физической культуре

Томск 2025

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Томский государственный педагогический университет»
(ТГПУ)

ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ВСТУПИТЕЛЬНЫЕ ИСПЫТАНИЯ
по направлениям подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование»,
направленность (профиль) «Физическая культура» и 44.03.05 «Педагогическое
образование» (с двумя профилями подготовки), направленности (профили)
«Физическая культура» и «Дополнительное образование» для абитуриентов,
поступающих на базе среднего общего образования
или на базе профессионального образования
(на 2025 – 2026 уч. год)

По направлениям подготовки 44.03.01 «Педагогическое образование», направленность (профиль) «Физическая культура», 44.03.05 «Педагогическое образование» (с двумя профилями подготовки), направленности (профили) «Физическая культура» и «Дополнительное образование» проводятся два профессиональных вступительных испытания (экзамена), включающих в себя по три упражнения:

1-е профессиональное вступительное испытание (экзамен):

- прыжок в длину с места;
- подтягивание из виса на перекладине – муж., сгибание и разгибание рук в упоре лежа – жен.;
- упор углом на параллельных брусьях – муж., вис углом на гимнастической стенке – жен.

2-е профессиональное вступительное испытание (экзамен):

- бег 100 м;
- бег 1000 м;
- метание набивного мяча двумя руками из-за головы из положения сидя, ноги врозь на полу.

В рамках каждого профессионального вступительного испытания (экзамена) абитуриент имеет право выполнить одно, два или три упражнения по своему выбору. Максимальный балл одного из упражнений засчитывается абитуриенту как итоговый балл по профессиональному вступительному испытанию.

Результаты, показанные в каждом упражнении, оцениваются согласно оценочным таблицам №№ 1-4. Максимальный балл в упражнении – 100 баллов.

Проректор по ОД ТГПУ

Начальник УННДКС

Ответственный секретарь
приёмной комиссии ТГПУ

Директор ИФКС

М.С.Садиева

А.Ю.Михайличенко

Т.И.Печенкина

А.Н.Вакурин

Таблица 1. Женщины 1996 г.р. и моложе

Баллы	1-е профессиональное испытание (экзамен)			2-е профессиональное испытание (экзамен)		
	Прыжок в длину с места, см	Сгибание/разгибание рук в упоре лежа, к-во раз	Вис углом, с	Метания набивного мяча 1 кг, м	Бег 100 м, с	Бег 1000 м, мин., с
100	255	70	30	10	13,0	03:14,0
98	253	69	29,5	9,9		03:15,0
96	251	68	29	9,8	13,3	03:16,0
94	249	67	28,5	9,7		03:17,0
92	247	66	28	9,6	13,4	03:18,0
90	245	65	27,5	9,5		03:19,0
88	243	64	27	9,4	13,5	03:20,0
86	241	63	26,5	9,3		03:21,0
84	239	62	26	9,2	13,6	03:22,0
82	236	61	25,5	9,1	13,7	03:23,0
80	233	60	25	9	13,8	03:24,0
78	230	59	24,5	8,9	13,9	03:25,0
76	227	57	24	8,8	14,0	03:26,0
74	224	55	23,5	8,7	14,1	03:27,0
72	221	53	23	8,6	14,2	03:28,0
70	218	51	22,5	8,5	14,3	03:30,0
68	215	49	22	8,4	14,4	03:32,0
66	212	48	21,5	8,3	14,5	03:34,0
64	209	47	21	8,2	14,6	03:36,0
62	206	46	20,5	8,1	14,7	03:38,0
60	203	45	20	8	14,8	03:41,0
58	200	43	19,5	7,85	14,9	03:45,0
56	197	41	19	7,7	15,0	03:49,0
54	194	39	18,5	7,55	15,1	03:53,0
52	191	37	18	7,4	15,2	03:57,0
50	188	35	17,5	7,25	15,3	04:01,0
48	185	33	17	7,1	15,4	04:05,0
46	182	31	16,5	6,95	15,5	04:09,0
44	179	29	16	6,8	15,6	04:13,0
42	176	27	15,5	6,65	15,7	04:17,0
40	173	25	15	6,5	15,8	04:21,0
38	170	24	14,5	6,35	15,9	04:25,0
36	167	23	14	6,2	16,0	04:29,0
34	164	22	13,5	6,05	16,1	04:33,0
32	161	21	13	5,9	16,2	04:37,0
30	158	20	12,5	5,75	16,3	04:41,0
28	155	19	12	5,6	16,4	04:45,0
26	152	17	11,5	5,45	16,5	04:49,0
24	149	15	11	5,3	16,6	04:53,0
22	148	14	10,5	5,15	16,7	04:57,0
20	147	13	10	5	16,8	05:01,0
18	146	12	9	4,85	16,9	05:05,0
16	145	11	8	4,7	17,0	05:09,0
14	144	10	7	4,55	17,1	05:13,0
12	143	9	6	4,4	17,2	05:17,0
10	142	8	5	4,25	17,3	05:21,0
8	141	7	4	4,1	17,4	05:25,0
6	140	6	3	3,95	17,5	05:29,0
4	139	5	2	3,8	17,6	05:33,0
2	138	4	1	3,65	17,7	05:37,0

Таблица 2. Мужчины 1996 г.р. и моложе

Баллы	1-е профессиональное испытание (экзамен)			2-е профессиональное испытание (экзамен)		
	Прыжок в длину с места, см	Подтягивания, к-во раз	Упор углом, с	Метания набивного мяча 2 кг, м	Бег 100 м, сек	Бег 1000 м, мин., с
100	280	30	30	10	11,2	02:39,0
98	275		29,5	9,9		02:40,0
96	272	29	29	9,8	11,4	02:41,0
94	269		28,5	9,7		02:42,0
92	266	28	28	9,6	11,5	02:43,0
90	263		27,5	9,5		02:44,0
88	260	27	27	9,4	11,6	02:45,0
86	257		26,5	9,3		02:46,0
84	254	26	26	9,2	11,7	02:47,0
82	251		25,5	9,1		02:48,0
80	248	25	25	9	11,8	02:49,0
78	246		24,5	8,9		02:50,0
76	244	24	24	8,8	11,9	02:51,0
74	242		23,5	8,7		02:52,0
72	240	23	23	8,6	12,0	02:53,0
70	238		22,5	8,5	12,1	02:54,0
68	236	22	22	8,4	12,2	02:55,0
66	234		21,5	8,3	12,3	02:56,0
64	232	21	21	8,2	12,4	02:58,0
62	230		20,5	8,1	12,5	03:00,0
60	228	20	20	8	12,6	03:02,0
58	226		19,5	7,85	12,7	03:04,0
56	224	19	19	7,7	12,8	03:06,0
54	222		18,5	7,55	12,9	03:09,0
52	220	18	18	7,4	13,0	03:12,0
50	218		17,5	7,25	13,1	03:15,0
48	216	17	17	7,1	13,2	03:18,0
46	214		16,5	6,95	13,3	03:21,0
44	212	16	16	6,8	13,4	03:24,0
42	210		15,5	6,65	13,5	03:27,0
40	208	15	15	6,5	13,6	03:30,0
38	206		14,5	6,35	13,7	03:33,0
36	204	14	14	6,2	13,8	03:36,0
34	202		13,5	6,05	13,9	03:39,0
32	200	13	13	5,9	14,0	03:42,0
30	198		12,5	5,75	14,1	03:45,0
28	196	12	12	5,6	14,2	03:48,0
26	194		11,5	5,45	14,3	03:51,0
24	192	11	11	5,3	14,4	03:54,0
22	190		10,5	5,15	14,5	03:57,0
20	188	10	10	5	14,6	04:00,0
18	186	9	9	4,85	14,7	04:03,0
16	184	8	8	4,7	14,8	04:06,0
14	182	7	7	4,55	14,9	04:09,0
12	180	6	6	4,4	15,0	04:12,0
10	178	5	5	4,25	15,1	04:15,0
8	176	4	4	4,1	15,2	04:18,0
6	174	3	3	3,95	15,3	04:21,0
4	172	2	2	3,8	15,4	04:24,0
2	170	1	1	3,65	15,5	04:27,0

Таблица 3. Женщины 1995 г.р. и старше

Баллы	1-е профессиональное испытание (экзамен)			2-е профессиональное испытание (экзамен)		
	Прыжок в длину с места, см	Сгибание/разгибание рук в упоре лежа, к-во раз	Вис углом, с	Метания набивного мяча 1 кг, м	Бег 100 м, с	Бег 1000 м, мин., с
100	230	60	25	8,9	13,8	03:58,0
98	228	59	24	8,8	14,0	03:59,0
96	226	57	23,5	8,7	14,1	04:00,0
94	224	55	23	8,6	14,2	04:01,0
92	222	53	22,5	8,5	14,3	04:02,0
90	220	51	22	8,4	14,4	04:03,0
88	218	49	21,5	8,3	14,5	04:04,0
86	216	48	21	8,2	14,6	04:05,0
84	214	47	20,5	8,1	14,7	04:06,0
82	212	46	20	8	14,8	04:07,0
80	210	45	19,5	7,85	14,9	04:08,0
78	207	43	19	7,7	15,0	04:09,0
76	204	41	18,5	7,55	15,1	04:10,0
74	201	39	18	7,4	15,2	04:11,0
72	198	37	17,5	7,25	15,3	04:12,0
70	195	35	17	7,1	15,4	04:14,0
68	192	33	16,5	6,95	15,5	04:16,0
66	189	31	16	6,8	15,6	04:18,0
64	186	29	15,5	6,65	15,7	04:20,0
62	183	27	15	6,5	15,8	04:22,0
60	181	25	14,5	6,35	15,9	04:25,0
58	179	24	14	6,2	16,0	04:29,0
56	177	23	13,5	6,05	16,1	04:33,0
54	175	22	13	5,9	16,2	04:37,0
52	173	21	12,5	5,75	16,3	04:41,0
50	171	20	12	5,6	16,4	04:45,0
48	169	19	11,5	5,45	16,5	04:49,0
46	167		11	5,3	16,6	04:53,0
44	165	17	10,5	5,15	16,7	04:57,0
42	163	15	10	5	16,8	05:01,0
40	161		9,5	4,9	16,9	05:05,0
38	159	14	9	4,8	17,0	05:09,0
36	157		8,5	4,7	17,1	05:13,0
34	155	13	8	4,6	17,2	05:17,0
32	153		7,5	4,5		05:21,0
30	151	12	7	4,4	17,3	05:25,0
28	149		6,5	4,3		05:29,0
26	147	11	6	4,2	17,4	05:33,0
24	145		5,5	4,1		05:37,0
22	143	10	5	4	17,5	05:41,0
20	141		4	3,9		05:43,0
18	139	9	3,6	3,8	17,6	05:45,0
16	137		3,3	3,7		05:47,0
14	135	8	3	3,6	17,7	05:51,0
12	133		2,6	3,5		05:49,0
10	131	7	2,3	3,4	17,8	05:55,0
8	129		2	3,3		05:53,0
6	127	6	1,6	3,2	17,9	05:58,5
4	125		1,3	3,1		05:57,0
2	123	5	1	3	18,0	06:00,0

Таблица 4. Мужчины 1995 г.р. и старше

Баллы	1-е профессиональное испытание (экзамен)			2-е профессиональное испытание (экзамен)		
	Прыжок в длину с места, см	Подтягивания, к-во раз	Упор углом, с	Метания набивного мяча 2 кг, м	Бег 100 м, с	Бег 1000 м, мин., с
100	250	25	25	9	11,7	03:01,0
98	246		24,5	8,9		03:02,0
96	244	24	24	8,8	11,8	03:03,0
94	242		23,5	8,7		03:04,0
92	240	23	23	8,6	11,9	03:05,0
90	238		22,5	8,5		03:06,0
88	236	22	22	8,4	12,0	03:07,0
86	234		21,5	8,3		03:08,0
84	232	21	21	8,2	12,1	03:09,0
82	230		20,5	8,1		03:10,0
80	228	20	20	8	12,2	03:11,0
78	226		19,5	7,85	12,3	03:12,0
76	224	19	19	7,7	12,4	03:13,0
74	222		18,5	7,55	12,5	03:14,0
72	220	18	18	7,4	12,6	03:15,0
70	218		17,5	7,25	12,7	03:17,0
68	216	17	17	7,1	12,8	03:19,0
66	214		16,5	6,95	12,9	03:21,0
64	212	16	16	6,8	13,0	03:24,0
62	210		15,5	6,65	13,1	03:27,0
60	208	15	15	6,5	13,2	03:30,0
58	206		14,5	6,35	13,3	03:33,0
56	204	14	14	6,2	13,4	03:36,0
54	202		13,5	6,05	13,5	03:39,0
52	200	13	13	5,9	13,6	03:42,0
50	198		12,5	5,75	13,7	03:45,0
48	196	12	12	5,6	13,8	03:48,0
46	194		11,5	5,45	13,9	03:51,0
44	192	11	11	5,3	14,0	03:54,0
42	190		10,5	5,15	14,1	03:57,0
40	188	10	10	5	14,2	04:00,0
38	186		9,5	4,9	14,3	04:03,0
36	184	9	9	4,8	14,4	04:06,0
34	182		8,5	4,7	14,5	04:09,0
32	180	8	8	4,6	14,6	04:12,0
30	178		7,5	4,5	14,7	04:15,0
28	176	7	7	4,4	14,8	04:18,0
26	174		6,5	4,3	14,9	04:21,0
24	172	6	6	4,2	15,0	04:24,0
22	170		5,5	4,1	15,1	04:27,0
20	168	5	5	4	15,2	04:30,0
18	166		4,5	3,9	15,3	04:33,0
16	164	4	4	3,8	15,4	04:36,0
14	162		3,5	3,7	15,5	04:39,0
12	160	3	3	3,6	15,6	04:42,0
10	158		2,5	3,5	15,7	04:45,0
8	156	2	2	3,4	15,8	04:48,0
6	154		1,5	3,3	15,9	04:51,0
4	152	1	1	3,2	16,0	04:54,0
2	150		0,5	3,1	16,1	04:57,0