

Директор АНОО ПО «СПб академия милиции»

Утверждаю

Ярухин О.В.

«24» февраля 2022 г.



## **ПРОГРАММА** курса физической подготовки абитуриентов.

### **1. Общие положения**

Программа физической подготовки абитуриентов (далее – Программа) составлена на основе правовых норм, установленных в Федеральном законе «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 № 329-ФЗ и Постановлений Правительства Ленинградской области «О мерах по предотвращению распространения новой коронавирусной инфекции (COVID-19) на территории Ленинградской области», постановлений, предписаний и рекомендаций Главного государственного санитарного врача по Ленинградской области.

### **2. Место проведения**

Местом проведения Курса физической подготовки (далее – Курс) является загородный учебный центр комплексного физического развития молодежи (далее – Центр) в посёлке Мельниково Призерского района Ленинградской области, действующий при АНОО ПО «Санкт-Петербургская академия милиции» (далее – Академия).

### **3. Цель Программы**

Целью Программы является физическое воспитание и совершенствование физического мастерства абитуриентов Академии, а также популяризация у них здорового образа жизни.

### **4. Основные задачи Программы**

Основные задачи Программы направлены на предоставление в Центре возможности безопасного и профессионально умелого физического совершенствования абитуриентов, а именно:

1. проведение спортивных тренировок по физической культуре;
2. проведение спортивных тренировок по рукопашному бою;
3. проведение тренировок по спортивному ориентированию;
4. проведение тренировок по спортивной стрельбе;
5. проведение тренировок по летнему биатлону;
6. проведение Спартакиады;
7. проведение тренировок по основам доврачебной медицинской помощи при спортивных травмах;
8. сдача вступительного испытания по физической культуре.

## **5. Руководство организацией и проведением Курса**

5.1. Организатором Курса является Академия.

5.2. Для организации и проведения Курса распоряжением директора устанавливаются сроки и формируются списки лиц, участвующих в Курсе.

## **6. Участники Курса**

6.1. К участию в Курсе допускаются лица, планирующие поступление в Академию в 2022 и 2023 учебных годах (далее – Участник), а именно для окончивших 8, 9, 10, 11 классов общеобразовательных учреждений, и подавших установленным образом документы в приёмную комиссию, а также не имеющие медицинских противопоказаний к занятиям по физической культуре и спортивным соревнованиям.

6.2. Для участия в Курсе, абитуриенту необходимо предоставить в Академию (помимо документов для поступления) документы согласно Приложения № 1 к настоящей Программе.

## **7. Порядок организации и проведения Курса**

7.1. Подготовка и проведение Курса возлагается на Начальника Курса, который назначается директором Академии из числа работников Академии.

7.2. Начальник Курса:

7.2.1. Разрабатывает и устанавливает правила поведения участников Курса, расписание спортивных мероприятий и контролирует их выполнение;

7.2.2. Организует перевозку участников к месту проведения Курса и обратно.

## **8. Обеспечение безопасности и дисциплины**

8.1. Все спортивные мероприятия и соревнования Курса проводятся на спортивных сооружениях и иных объектах инфраструктуры, отвечающих требованиям соответствующих нормативных правовых актов, действующих на территории Российской Федерации и направленных на обеспечение безопасности участников и соблюдения общественного порядка.

8.2. Всем участникам Курса, следует надлежащим образом выполнять требования, установленные Организатором по порядку пребывания и поведения на территории Центра. В рамках нахождения участников Курса в Центре, организация услуг по их отдыху и/или оздоровлению не предусматривается и оказываться такие услуги не будут.

8.3. Ответственность за обеспечение безопасности участников, соблюдение всех санитарно-эпидемиологических норм, организацию занятий, досуга, правил и норм приёма пищи, а также за ведение необходимой отчётности возлагается на Начальника Центра.

## **9. Порядок подачи заявок и необходимых документов**

9.1. Заявки установленного образца необходимо предоставить лично.

9.2. Дополнительную информацию по участию можно получить у куратора Курса по телефону в Санкт-Петербурге 8 (952) 264-74-35

## **10. Прочие условия**

Всем абитуриентам, участвующим в Курсе физической подготовки необходимо быть обеспеченными вещами и предметами личной гигиены согласно Приложения № 2 к настоящей Программе.

**Перечень необходимых документов  
для прохождения курса физической подготовки абитуриентами**

*(кроме документов уже предоставленных в приёмную комиссию Академии)*

1. Заявление от абитуриента и родителя (законного представителя);
2. Копия или оригинал паспорта абитуриента;
3. Копия или оригинал паспорта родителя (законного представителя) абитуриента;
4. Справка об отсутствии медицинских противопоказаний для занятия физической культурой;
5. Справка об отсутствии контактов с инфекционными больными по месту жительства; *(полученная не позднее, чем за 3-е суток до отъезда на курс)*
6. Копия полиса обязательного медицинского страхования абитуриента;
7. Одна фотография абитуриента размером 3х4 см.

**Перечень необходимых вещей и предметов личной гигиены  
для прохождения курса физической подготовки абитуриентами.**

**1. Летний костюм камуфлированный, ботинки с высоким берцем.**

Очень грамотно подберите камуфлированный костюм, он не должен стеснять движения ребенка. Ему в этом костюме надо будет бегать, прыгать, а не спать. Ботинки до отъезда разносить!

**2. Комплект защиты от непогоды из плотной ткани (длинный плащ)**

Постарайтесь купить ребенку плотный дождевик, прорезиненный, а не полиэтиленовый (как бахилы).

**3. Запасная обувь - 2 пары (кроссовки или кеды черные, а не цветные),  
резиновые тапочки**

**4. Запасной комплект нижней одежды**

**5. Запасной комплект верхней одежды. Обязательно спортивный костюм!**

Спортивная куртка с длинными рукавами и спортивные брюки, купальный костюм, шорты, футболки, майки, кофты с длинным и коротким рукавом, теплый свитер, теплые носки, штаны.

**6. Средства личной гигиены**

Полотенце банное, жёсткая мочалка (а не губочки и сеточки для пускания пенки), мыло, шампунь, паста зубная, щетка зубная. Индивидуальные предметы личной гигиены

**7. Аптечка с индивидуальными лекарственными средствами**

Лейкопластырь, бальзам «Спасатель», бинт. В случае если Вы даёте ребенку с собой какие-либо лекарства, обязательно предупредите его, чтобы он не «лечил» друзей, уведомил врача о наличии у него лекарств и сдал их врачу, под контролем которого он будет их принимать!

**8. Репелленты от насекомых**

Учитывая, что курс проводится на открытом воздухе, от комаров никуда не деться. Мы рекомендуем приобрести репелленты в виде аэрозоля, лосьона. Ни в коем случае не покупайте пластинки и спирали, которые необходимо поджигать, дабы не допустить порчи имущества.

**9. ФЛЯГА для воды в чехле.**