

«УТВЕРЖДАЮ»
Директор ГБУ «Спортивная школа № 3
Белгородской области им. Б. В. Пилкина»

Ю.В. Хоркина
«25» августа 2017 г.

Критерии оценки при приеме на начальный этап подготовки

При приеме на начальный этап подготовки Учреждение устанавливает требования к общей и специальной физической подготовленности поступающих. Вступительное испытание проводится по балльной системе. Минимальный проходной балл 13 баллов из 19 возможных. Баллы складываются из выполненных нормативов общей и специальной подготовки (не менее 6 баллов) и из элементов технического мастерства (не менее 7 баллов).

Критерии оценки для юношей:

Нормативы общей и специальной подготовки для зачисления на начальный этап спортивной подготовки: 9 тестов, за каждый выполненный норматив оценивается в 1 балл, тест не оценивается при невыполнении норматива (таблица №1). Проходной 6 баллов.

таблица №1

№	Наименование теста	Норматив	Кол-во баллов
1	Челночный бег	Не более 7,1 сек.	1 балл
2	Бег 20 м	Не более 4,7 сек.	1 балл
3	Прыжок в длину с места	Не менее 130 см.	1 балл
4	Подтягивание из виса на перекладине	Не менее 5 раз	1 балл
5	Сгибание-разгибание рук в упоре на параллельных гимнастических скамейках	Не менее 8 раз	1 балл
6	Поднимание ног из виса на гимнастической стенке в положении «угол»	Не менее 5 раз	1 балл
7	Удержание положения «угол» в висе на гимнастической стенке	Не менее 5 сек.	1 балл
8	Исходное положение - сед. ноги вместе наклон вперед фиксация положения	5 счетов	1 балл
9	Упражнение «мост» из положения лежа на спине (расстояние от стоп до пальцев рук не более 30 см., фиксация)	5 сек	1 балл