



Критерии оценки при приеме на начальный этап подготовки

При приеме на начальный этап подготовки ГБУ «СШ №3 Белгородской области им. Б.В. Пилкина» (далее – Учреждение) устанавливает требования к общей и специальной физической подготовленности поступающих.

Вступительное испытание проводится по бальной системе.

Минимальный проходной балл составляет 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, каждый выполненный норматив оценивается в 1 балл, тест не оценивается при невыполнении норматива (таблица № 1). Проходной балл составляет 6 баллов.

Таблица № 1

№ п/п	Наименование теста	Норматив	Количество баллов
1	2	3	4
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

Техническое мастерство: комбинация 10 баллов, составляется произвольно из представленных элементов. За каждый невыполненный элемент сбавка 2 балла. Комбинация оценивается по действующим правилам (таблица № 2). Проходной балл составляет 7 баллов.

Таблица № 2

№ п/п	Элемент	Количество баллов
1	2	3
1.	Кувырок вперед	2 балла
2.	Кувырок назад	2 балла
3.	Стойка на лопатках	2 балла
4.	Прыжок вверх из приседа с поворотом на 180 ⁰	2 балла
5.	«Колесо»	2 балла

Критерии оценки для девушек:

Нормативы общей и специальной подготовки для зачисления на начальный этап спортивной подготовки: 9 тестов, каждый выполненный норматив оценивается в 1 балл, тест не оценивается при невыполнении норматива (таблица № 3). Проходной балл составляет 6 баллов.

Таблица № 3

№ п/п	Наименование теста	Норматив	Количество баллов
1	2	3	4
1.	Челночный бег	не более 10,1 сек.	1 балл
2.	Бег 20 м	не более 5 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

Техническое мастерство: комбинация 10 баллов, составляется произвольно из представленных элементов. За каждый невыполненный элемент сбавка 2 балла. Комбинация оценивается по действующим правилам (таблица № 4). Проходной балл составляет 7 баллов.

Таблица № 4

№ п/п	Элемент	Количество баллов
1	2	3
1.	Кувырок вперед	2 балла
2.	Наскок в упор на брусках и удержать	2 балла
3.	Стойка на лопатках	2 балла
4.	Упражнение в равновесии на бревне (и.п. на носках, руки в стороны, движение до конца бревна с сохранением равновесия)	2 балла
5.	«Колесо»	2 балла