



ПРИКАЗ

от 14.04. 2021г. № 260 -од

Об утверждении вступительных испытаний по видам спорта на 2021-2022 учебный год

На основании федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года, №273-ФЗ, федерального закона «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 года, №329-ФЗ, правил приема абитуриентов в АУ «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва» в 2021 году, в целях организации вступительных испытаний для лиц, претендентов на поступление на обучение по программам среднего профессионального образования специальности 49.02.01. «Физическая Культура», основного общего и среднего общего образования,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить перечень вступительных испытаний для зачисления в Югорский колледж-интернат олимпийского резерва по видам спорта на 2021-2022 учебный год (Приложение 1).
2. Начальнику отдела по олимпийским и неолимпийским видам спорта:
 - 2.1. Подготовить и утвердить состав приемной комиссии по видам спорта на период конкурсного отбора абитуриентов в срок до 01.06.2021 г.
 - 2.2. Организовать проведение вступительных испытаний по видам спорта в период с 20 июля по 20 августа 2021 года;
3. Контроль за исполнением приказа возложить на заместителя директора по спортивной подготовке К. А. Васильева.

Директор

Л.Н. Керимуллова

ПЕРЕЧЕНЬ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ НА 2021-2022 УЧЕБНЫЙ ГОД

Вступительные испытания для абитуриентов, поступающих на обучение, включают:

1. Спортивный результат, показанный на соревнованиях в текущем сезоне;
2. Сдача приемных нормативов по общей специальной и физической подготовке в соответствии с требованием Федерального стандарта спортивной подготовки по виду спорта;
3. Обязательная техническая программа по избранному виду спорта;
4. Функциональные исследования (медицинское обследование).

Вступительные испытания для абитуриентов проходят в 2 этапа:

1 этап – с 15 июня по 20 июля, на 1 этапе дистанционно подаются протоколы участия в соревнованиях в текущем сезоне и перечень документов, перечисленных на сайте.

2 этап – с 20 июля по 10 августа проводятся просмотрные сборы. С 10 августа по 20 августа проводится функциональное тестирование, сдача нормативов по общей физической и специальной подготовке, контрольные испытания по избранному виду спорта.

Без сдачи вступительных испытаний в образовательную организацию зачисляются абитуриенты, имеющие спортивное звание ЗМС, МСМК, МС и являющиеся действующими спортсменами, имеющими на момент поступления спортивный результат, показанный на всероссийских или международных соревнованиях, входящих в ЕКП по олимпийским видам спорта и олимпийским дисциплинам.

На первом этапе осуществляется анализ пакета документов на полноту предоставленных сведений и отсутствие медицинских противопоказаний, анализ спортивного результата осуществляется путем подсчета баллов за лучший показанный результат в текущем сезоне. Заявленные результаты абитуриентов подтверждаются заверенными протоколами официальных соревнований, размещенных на официальных сайтах спортивных федераций. Полученный балл заносится в экзаменационную ведомость, с последующим суммированием баллов приемных испытаний.

Вступительные (приемные) испытания для зачисления в АУ «Югорский колледж-интернат олимпийского резерва» проводится после сдачи экзаменов.

Общее количество баллов, полученных на приемных испытаниях «Оценка спортивного мастерства» рассчитывается как сумма начисленных баллов по следующим критериям (Таблица 1):

- основным критериям приемных испытаний (нормативы ОФП и СФП, техническое мастерство);

- по оценке спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по видам спорта. Учитывается 1 лучший спортивный результат. Основанием для зачисления баллов является предоставления протокола (копии протокола), заверенные соответствующей спортивной федерацией;

- по наличию знаков отличия ВФСК ГТО дополнительно присваиваются баллы:

«Золотой знак отличия ВФСК ГТО» – 10 баллов,

«Серебряный знак отличия ВФСК ГТО» – 8 баллов,

«Бронзовый знак отличия ВФСК ГТО» – 5 баллов.

По видам спорта: баскетбол, футбол, самбо, тхэквондо могут быть внесены изменения в части контрольных испытаний.

Таблица 1

Оценка спортивного мастерства (рейтинг спортсменов)

ФИО	Вид спорта	Балловые показатели				Итого:
		Нормативы ОФП и СФП	Техническое мастерство	Оценка спортивных результатов	Знаки отличия ВФСК ГТО	

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «бокс»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы
			юноши	девушки	
1. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 13-15 лет					
1.1.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		5
			9,40	11,40	
1.2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее		15
			24	10	
1.3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		5
			190	160	
2. Нормативы общей физической подготовки для возрастной группы 16-17 лет					
2.1.	Бег на 3000 м	мин, с	не более		15
			14,30	-	
2.2.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее		15
			11	2	
2.3.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		5
			7,6	8,7	
3. Нормативы специальной физической подготовки для всех возрастных групп					
3.1.	Бег челночный 10x10 м с высокого старта	с	не более		10
			27,0	28,0	
3.2.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа			20
3.3.	Исходное положение стоя на полу, держа тело прямо. Произвести удары по боксерскому мешку за 3 мин	Количество раз	не менее		20
			244	240	
3.4.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - наступательный бой – до 10 баллов - оборонительный бой – до 10 баллов			20 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «бокс»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	Занятое место	Баллы
Первенство России	1-3	70
Спартакиада учащихся РФ	1-8	70
Спартакиада молодежи РФ	1-3	70
Чемпионат России	1-3	100
Кубок России	1-3	90
Чемпионат и Первенство ФО	1-6	40
Первенство Субъекта РФ	1-3	30

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «тяжелая атлетика»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы
			Юноши	Девушки	
1.	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее		15
			160	145	
2.	И.П. - стоя на двух ногах лицом к гимнастической скамейке. Выполнить, отталкиванием двумя ногами, запрыгивания на гимнастическую скамейку с возвратом в И.П. в течение 10 с	количество раз	не менее		10
			12	10	
3.	И.П. - лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в И.П. в течение 30 с	количество раз	не менее		5
			12	9	
4.	И.П. - упор лежа. Сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		20
			18	9	
5.	Вис хватом сверху на высокой перекладине на согнутых под углом 90° руках	с	не менее		20
			12	8	
6.	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу. Коснуться пола пальцами рук	количество раз	не менее		5
			1		
7.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - рывок со штангой – до 8 баллов - толчок со штангой – до 8 баллов - приседания со штангой (прыжки со штангой) – до 9 баллов			25 по оценке тренера

Сокращение, содержащееся в таблице: «И.П.» - исходное положение.

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «тяжелая атлетика»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	50 баллов	10 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России	1-10 место	11-20 место		
Чемпионат и Первенство ФО			1-6 место	
Первенство Субъекта РФ				1-3 место

Возрастная оценка спортивного звания по виду спорта «тяжелая атлетика»

Возраст спортсмена	КМС	1 взр.	2взр.	3 взр.
12 лет		20 балл	15 балл	10 балл
13 лет	35 балл	25 балл	20 балл	-
14 лет	35 балл	25 балл	20 балл	-
15-16 лет	35 балл	25 балл	-	-

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «плавание»

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
Нормативы общей физической, специальной физической подготовки			
Скоростно-силовые	Бросок набивного мяча 1 кг (не менее 4 м)	Бросок набивного мяча 1 кг (не менее 3,5 м)	5
	Челночный бег 3x10 м (не более 9,5 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10 с)	10
Гибкость	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата не более 60 см)	Выкрут прямых рук вперед-назад (ширина хвата не более 60 см)	10
	Наклон вперед стоя на возвышении	Наклон вперед стоя на возвышении	5
Иные спортивные нормативы			
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - проплывание дистанции основным способом по нормативу: МС – 70 балл., КМС – 60 балл., 1 р. – 50 балл..		70 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 2 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «плавание»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Чемпионат России Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Кубок России	1-15 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-10 место	
Первенство Субъекта РФ			1-6 место

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «лыжные гонки»

№ п/п	Описание упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы
			Юноши	Девушки	
1.	Бег 60 метров с высокого старта	с	-	10,8	10
2.	Бег 100 метров с высокого старта	с	16,0	-	10
3.	Прыжок в длину с места, отталкиваясь двумя ногами, с последующим приземлением на две ноги	см	170	155	5
4.	Бег 1000 метров с высокого старта	мин, с	4,00	4,15	10
5.	Бег на лыжах. Классический стиль 3 км	мин, с	-	15,20	5
6.	Бег на лыжах. Свободный стиль 3 км	мин, с	-	14,30	
7.	Бег на лыжах. Классический стиль 5 км	мин, с	21,00	-	5
8.	Бег на лыжах. Свободный стиль 5 км	мин, с	20,00		
9.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - бег лыжероллеры 5-10 км – до 11 баллов - подтягивание из виса на перекладине 25 раз – до 11 баллов - 10-ой прыжок с места (22-24 м. девочки, 25-27 м. мальчики) – до 11 баллов - сгибание и разгибание рук из упора лежа от пола девочки 80 раз – до 11 баллов - отжимание от брусьев (мальчики-60, девочки-40) – до 11 баллов			55 по оценке тренера

Пункты 5-8 упражнений учитываются с предоставлением протоколов на всероссийских соревнованиях за последний спортивный сезон, с выполненными нормативами.

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «лыжные гонки»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России	1-10 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-6 место	
Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «теннис»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы
			юноши	девушки	
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		5
			2		
1.2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		5
			150	140	
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжок вверх с места толчком двумя ногами, одна рука на поясе, вторая вытянута вверх	см	не менее		10
			22	22	
2.2.	Бег 10 м с высокого старта	с	не более		10
			2,2	2,3	
2.3.	Бросок набивного мяча (1 кг) движением подачи	м	не менее		5
			5,8	5,8	
2.4.	Челночный бег с высокого старта с касанием предмета одной рукой, лицом к сетке, 6x8 м	с	не более		10
			15,6	15,6	
2.5.	Подбивание теннисного мяча вверх ребром ракетки	количество раз	не менее		20
			5		
2.6.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - удары отскока справа (крученые) – до 7 баллов - удары отскока слева (крученые) – до 7 баллов - удары над головой (СМЭШ) – до 7 баллов - техника подачи мяча – до 7 баллов - игра слета – до 7 баллов			35 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «теннис»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России	1-16 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-8 место	
Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «сноуборд»

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
Скорость	Бег на 30 м с ходу (не более 6,3 с)	Бег на 30 м с ходу (не более 6,5 с)	15
Скоростно-силовые*	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)	15
	Тройной прыжок в длину с места (не менее 4,5 м)	Тройной прыжок в длину с места (не менее 4 м)	
Выносливость	Бег 6 мин (не менее 1100 м)	Бег 6 мин (не менее 900 м)	15
Сила	Подтягивания из виса на перекладине (не менее 5 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	15
Силовая выносливость	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 15 раз)	Подъем туловища, лежа на спине (не менее 10 раз)	15
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 9,3 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 9,6 с)	10
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 5 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении (не менее 7 см)	5

*одно упражнение по выбору

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «сноуборд»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-16 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-4 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «волейбол»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
Скоростные качества	Бег на 30 м (не более 5,5 с)	Бег на 30 м (не более 6 с)	10
Координация	Челночный бег 5 x 6 м (не более 11,5 с)	Челночный бег 5 x 6 м (не более 12 с)	10
Скоростно-силовые качества	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками стоя (не менее 10 м)	Бросок мяча весом 1 кг из-за головы двумя руками стоя (не менее 8 м)	10
	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	10
	Прыжок в верх с места со взмахом руками (не менее 40 см)	Прыжок в верх с места со взмахом руками (не менее 35 см)	10
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - передача сверху у стены стоя к ней лицом и спиной – до 8 баллов - подача на точность (верхняя прямая по зонам и в прыжке) – до 8 баллов - нападающий удар прямой из зоны 4 в зону 4-5 (с низкой передачи) – до 9 баллов - нападающий удар с переводом из зоны 2 в зону 5, из зоны 4 в зону 1 (с передачи на голову) – до 9 баллов - прием подачи из зоны в 5 в зону 2 на точность – до 8 баллов - блокирование групповое (вдвоем) нападающего удара из зоны 4 (2) с длинной низкой передачи – до 8 баллов		50 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 2 разряда. Также учитываются морфологические особенности спортсмена (показатели длины тела спортсмена).

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «волейбол»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-3 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-3 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «водное поло»

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
Нормативы общей физической, специальной физической подготовки			
Скорость	Бег на 30 м (не более 5,3 с)	Бег на 30 м (не более 5,6 с)	10
Сила	Подтягивания из виса на перекладине (не менее 8 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	10
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	5
	Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками (не менее 4 м)	Бросок набивного мяча 1 кг двумя руками (не менее 3 м 50 см)	15
	Метание теннисного мяча (не менее 30 м)	Метание теннисного мяча (не менее 21 м)	10
Выносливость	Плавание 300 м (не более 4 мин 30 с)	Плавание 300 м (не более 5 мин)	15
Иные спортивные нормативы			
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - бросок мяча массой 1 кг из-за головы – до 8 баллов - метание теннисного мяча – до 8 баллов - бросок мяча в стену – до 8 баллов - специальный тест – до 11 баллов		35 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 2 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «водное поло»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-16 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-4 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «спортивная борьба (вольная)»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)	Баллы
1	2	3
Быстрота	Бег на 30 м (не более 5,6 с)	5
	Бег 60 м (не более 9,6 с)	
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 7,6 с)	10
Выносливость	Бег 400 м (не более 1 мин. 21 с)	10
	Бег 800 м (не более 3 мин. 10 с)	
	Бег 1500 м (не более 7 мин. 40 с)	
Сила	Подтягивание на перекладине (не менее 4 раз)	15
	Сгибание рук в упоре на брусьях (не менее 16 раз)	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз)	
	Бросок набивного мяча (3 кг) назад (не менее 6 м)	
	Бросок набивного мяча (3 кг) вперед из-за головы (не менее 5,2 м)	
Силовая выносливость	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 2 раз)	15
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	15
	Прыжок в высоту с места (не менее 40 см)	
	Тройной прыжок с места (не менее 5 м)	
	Подтягивание на перекладине за 20 с (не менее 4 раз)	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа за 20 с (не менее 10 раз)	
	Подъем туловища лежа на спине за 20 с (не менее 6 раз)	15
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - забегание на ковре – до 10 баллов - перевороты – до 10 баллов - кувырок с прыжком в высоту – до 10 баллов	30 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «спортивная борьба (вольная)»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-8 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-4 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «дзюдо»

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки			Баллы
Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)		
	Юноши	Девушки	
	Для спортивных дисциплин:		
	весовая категория 26 кг, весовая категория 30 кг, весовая категория 34 кг, весовая категория 38 кг, весовая категория 42 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 50 кг	весовая категория 24 кг, весовая категория 28 кг, весовая категория 32 кг, весовая категория 36 кг, весовая категория 40 кг	
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,5 с)	15
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)		5
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)	15
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 15 раз)	15
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (не менее 6 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (не менее 4 раз)	10
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)	10
Для спортивных дисциплин:			
Координация	весовая категория 55 кг, весовая категория 55+ кг, весовая категория 60 кг, весовая категория 66 кг, весовая категория 73 кг	весовая категория 44 кг, весовая категория 48 кг, весовая категория 52 кг, весовая категория 52+ кг, весовая категория 57 кг	
	Челночный бег 3x10 м (не более 10,2 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,6 с)	15
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)		5
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)	15
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 20 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 15 раз)	15
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (не менее 14 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (не менее 3 раз)	10
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)	10
Для спортивных дисциплин:			
	весовая категория 73+ кг,	весовая категория 63 кг,	

	весовая категория 81 кг, весовая категория 90 кг, весовая категория 90+ кг, весовая категория 100 кг, весовая категория 100+ кг	весовая категория 63+ кг, весовая категория 70 кг, весовая категория 70+ кг, весовая категория 78 кг, весовая категория 78+ кг	
Координация	Челночный бег 3x10 м (не более 10,4 с)	Челночный бег 3x10 м (не более 10,8 с)	15
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя с выпрямленными ногами на полу (касание пола ладонями)		5
Сила	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 4 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)	15
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 16 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 12 раз)	15
	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (не менее 2 раз)	Подъем выпрямленных ног из виса на гимнастической стенке в положение "угол" (не менее 2 раз)	10
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)	Прыжок в длину с места (не менее 140 см)	10
Иные спортивные нормативы			
Техническое мастерство	Обязательные требования к технической подготовленности - забегания на борцовские мостики; - скоростные броски; - один борцовский комплекс		30 по оценке тренера (для всех весовых категорий)

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «дзюдо»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-10 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-5 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «хоккей»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы
			Юноши	Девушки	
1.	Бег 30 м с высокого старта*	с	не более		5
			5,5	5,8	
2.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, с приземлением на обе ноги*	см	не менее		5
			160	145	
3.	И.П. - вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук*	количество раз	не менее		5
			5	-	
4.	И.П. - упор лежа. Сгибание и разгибание рук*	количество раз	не менее		5
			-	12	
5.	Бег 1 км с высокого старта*	мин, с	не более		10
			5,50	6,20	
6.	Бег на коньках 30 м**	с	не более		10
			5,8	6,4	
7.	Бег на коньках челночный 6х9 м**	с	не более		10
			16,5	17,5	
8.	Бег на коньках спиной вперед 30 м**	с	не более		10
			7,3	7,9	
9.	Бег на коньках слаломный без шайбы**	с	не более		10
			12,5	13,0	
10.	Бег на коньках слаломный с ведением шайбы**	с	не более		10
			14,5	15,0	
11.	Бег на коньках челночный в стойке вратаря***	с	не более		10
			42	45	
12.	Бег на коньках по малой восьмерке лицом и спиной вперед в стойке вратаря***	с	не более		10
			43	47	
13.	Специальные упражнения		Тесты по хоккею		30

Сокращение, содержащееся в таблице: "И.П." - исходное положение.

* Упражнение на выбор (выполнить не менее трех).

** Обязательное упражнение для игроков (защитник, нападающий).

*** Обязательное упражнение для вратарей.

Контрольные тесты по хоккею

№ п/п	Контрольные тесты	6 баллов	8 баллов	10 баллов
1.	поднимание туловища (кол-во раз) за 30 сек	25	28	32
2.	Бег 400 м с высокого старта (мин, с)	1,05	1,02	0,59
3.	Пятерной прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами и махом обеих рук, с дальнейшим поочередным отталкиванием каждой из ног (м., см.)	11,70	11,85	12
4.	Челночный бег на коньках 5х54 (с)	48	46,5	45

Оценка спортивной классификации спортсмена по хоккею

уровень подготовленности	1 балл	2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов	6 баллов	7 баллов
наличие спортивного разряда	III юн.	II юн.	I юн.	III	II	I	KMC

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «хоккей»

№ п/п	Контрольные тесты	10 баллов	20 баллов	30 баллов	40 баллов	50 баллов	60 баллов	70 баллов
1.	участие в официальных играх (кол-во)	12	16	20	24	28	32	36
2.	участие в контрольных, отборочных и товарищеских играх (кол-во)	0	1	2	4	6	8	10

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления и перевода в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «биатлон»

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив		Баллы
			Юноши	Девушки	
1.	Бег 100 м с низкого старта	с	не более		10
			15,3	16,7	
2.	Прыжок в длину с места отталкиванием двумя ногами, с приземлением на обе ноги	см	не менее		20
			170	160	
3.	И.П. - вис хватом сверху на высокой перекладине. Сгибание и разгибание рук	количество раз	не менее		10
			7	4	
4.	Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - Упражнения на тренажере; - Десятирной прыжок с места (юноши 20 м, девушки 16 м); - Бег на лыжероллерах свободным стилем 3 км* (не более девушки 7 мин); - Бег на лыжероллерах свободным стилем 5 км* (не более юноши 11 мин); - Поднос ног в висе на перекладине (юноши не менее 14 раз, девушки не менее 10 раз); - Сгибание рук в упоре на брусьях (юноши 15 раз, девушки не менее 10 раз)			60 по оценке тренера

Сокращение, содержащееся в таблице: "И.П." - исходное положение.

*каждая 2 секунды отставания: -1 балл.

**при уменьшении на 1 метр: -1балл.

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «биатлон»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России	1-10 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-5 место	
Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «баскетбол»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
Быстрота	Бег на 20 м (не более 4,0 с)	Бег на 20 м (не более 4,3 с)	10
	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 10,0 с)	Скоростное ведение мяча 20 м (не более 10,7 с)	10
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	10
	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 35 см)	Прыжок вверх с места со взмахом руками (не менее 30 см)	10
Выносливость	Челночный бег 40 с на 28 м (не менее 183 м)	Челночный бег 40 с на 28 м (не менее 168 м)	10
	Бег 600 м (не более 2 мин 05 с)	Бег 600 м (не более 2 мин 22 с)	10
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - Передача мяча одной рукой (поступательные) – до 3 баллов - Передача мяча одной рукой на одном уровне – до 3 баллов - Передача мяча одной рукой (сопровождающие) – до 3 баллов - Ведение мяча без зрительного контроля – до 3 баллов - Обводка соперника с изменением высоты отскока – до 4 баллов - Обводка соперника с изменением направления – до 4 баллов - Броски в корзину одной рукой сверху вниз – до 4 баллов - Броски в корзину одной рукой (добивание) – до 4 баллов - Броски в корзину одной рукой (дальние) – до 4 баллов - Броски в корзину одной рукой под углом к щиту – до 4 баллов - Броски в корзину одной рукой параллельно щиту – до 4 баллов		40 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 2 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «баскетбол»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-3 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-3 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Нормативы общей физической, специальной физической подготовки, иные спортивные нормативы для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «тхэквондо»

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
Нормативы общей физической, специальной физической подготовки			
Для спортивных дисциплин: ВТФ - пхумсэ, ГТФ - хьёнг, МФТ - туль			
Скорость	Бег 30 м (не более 5,2 с)	Бег 30 м (не более 5,4 с)	5
Координация	Челночный бег 3x8 м (не более 6,5 с)	Челночный бег 3x8 м (не более 6,7 с)	5
	Статическое равновесие. Стоя на одной ноге, вторая поднята, руки в стороны, глаза закрыты. Удержание равновесия (не менее 20 с)		5
Выносливость	Бег 2000 м (без учета времени)	Бег 1500 м (без учета времени)	10
	Челночный бег 30x8 м (не более 1 мин 34 с)	Челночный бег 30x8 м (не более 1 мин 46 с)	10
Сила	Подтягивания из виса на перекладине (не менее 6 раз)	Подтягивания из виса на низкой перекладине (не менее 15 раз)	10
	Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 с (не менее 22 раз)	Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 с (не менее 20 раз)	5
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 170 см)	Прыжок в длину с места (не менее 150 см)	10
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении в 25-35 см с выпрямленными ногами. Кисти рук тянутся вниз, кончики пальцев рук ниже уровня линии стоп (не менее 10 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении в 25-35 см с выпрямленными ногами. Кисти рук тянутся вниз, кончики пальцев рук ниже уровня линии стоп (не менее 12 см)	5
	Продольный шпагат (не более 15 см от линии паха)	Продольный шпагат (не более 10 см от линии паха)	10
	Поперечный шпагат (не более 25 см от линии паха)	Поперечный шпагат (не более 20 см от линии паха)	10
Иные спортивные нормативы			
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		
Нормативы общей физической, специальной физической подготовки			
Для спортивных дисциплин: ВТФ - весовая категория, ВТФ - командные соревнования, ГТФ - весовая категория, ГТФ - поединки, ГТФ - стоп-балл, ГТФ - разбивание досок, ГТФ - специальная техника, ИТФ - весовая категория, ИТФ - ком. соревнования, ИТФ - разбивание досок, ИТФ - специальная техника, ИТФ - туль, МФТ - весовая категория, МФТ - спарринг, МФТ - разбивание досок, МФТ - специальная техника			10
Скорость	Бег 30 м (не более 5 с)	Бег 30 м (не более 5,2 с)	10
Координация	Челночный бег 3x8 м (не более 6,3 с)	Челночный бег 3x8 м (не более 6,5 с)	5
	Статическое равновесие. Стоя на одной ноге, вторая поднята, руки в стороны, глаза закрыты. Удержание		10

	равновесия (не менее 30 с)		
Выносливость	Бег 2000 м (не более 9 мин)	Бег 2000 м (не более 11 мин)	10
	Челночный бег 30x8 м (не более 1 мин 20 с)	Челночный бег 30x8 м (не более 1 мин 30 с)	10
Сила	Подтягивания из виса на перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивания из виса на низкой перекладине (не менее 18 раз)	10
	Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 с (не менее 24 раз)	Подъем туловища из положения лежа на спине за 30 с (не менее 20 раз)	5
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 200 см)	Прыжок в длину с места (не менее 180 см)	10
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя на возвышении в 25-35 см с выпрямленными ногами. Кисти рук тянутся вниз, кончики пальцев рук ниже уровня линии стоп (не менее 10 см)	Наклон вперед из положения стоя на возвышении в 25-35 см с выпрямленными ногами. Кисти рук тянутся вниз, кончики пальцев рук ниже уровня линии стоп (не менее 12 см)	10
	Продольный шпагат (не более 15 см от линии паха)	Продольный шпагат (не более 10 см от линии паха)	10
	Поперечный шпагат (не более 25 см от линии паха)	Поперечный шпагат (не более 20 см от линии паха)	10
Иные спортивные нормативы			
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - Стойки показ – до 3 баллов - Удары руками показ – до 4 баллов - Блоки показ – до 4 баллов - Удары ногой (показ) – до 4 баллов		15 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «тхэквондо»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	Занятое место	Баллы
Первенство России	1-3	70
Спартакиада учащихся РФ	1-8	70
Спартакиада молодежи РФ	1-3	70
Чемпионат России	1-3	100
Кубок России	1-3	90
Чемпионат и Первенство ФО	1-6	40
Первенство Субъекта РФ	1-3	30

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «футбол»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	юноши	девушки	
Быстрота	Бег на 15 м с высокого старта (не более 2,8 с)	Бег на 15 м с высокого старта (не более 3 с)	10
	Бег на 15 м с хода (не более 2,4 с)	Бег на 15 м с хода (не более 2,6 с)	
	Бег на 30 м с высокого старта (не более 4,9 с)	Бег на 30 м с высокого старта (не более 5,1 с)	10
	Бег на 30 м с хода (не более 4,6 с)	Бег на 30 м с хода (не более 4,8 с)	
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 1 м 90 см)	Прыжок в длину с места (не менее 1 м 70 см)	10
	Тройной прыжок (не менее 6 м 20 см)	Тройной прыжок (не менее 5 м 80 см)	10
	Прыжок в высоту без замаха рук (не менее 12 см)	Прыжок в высоту без замаха рук (не менее 10 см)	10
	Прыжок в высоту со взмахом рук (не менее 20 см)	Прыжок в высоту со взмахом рук (не менее 16 см)	10
Сила	Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы (не менее 6 м)	Бросок набивного мяча весом 1 кг из-за головы (не менее 4 м)	10
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа - Удар по мячу на точность – до 6 баллов - Удар по мячу на дальность – до 6 баллов - Ведение мяча – до 6 баллов - Жонглирование – до 6 баллов - Участие в контрольной игре – до 6 баллов		30 по оценке тренера

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 2 разряда.

Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы на тренировочном этапе (этапе спортивной специализации) по виду спорта «самбо»

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)		Баллы
	Юноши	Девушки	
весовая категория 34 кг, весовая категория 35 кг, весовая категория 37 кг, весовая категория 38 кг, весовая категория 40 кг, весовая категория 42 кг			
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,1 с)	Бег 60 м (не более 10,5 с)	15
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин)	Бег 800 м (не более 3 мин 25 с)	10
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)	15
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз)	5
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)	5
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 6 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 3 раз)	10
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)	10
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		
весовая категория 43 кг, весовая категория 46 кг, весовая категория 47 кг, весовая категория 50 кг, весовая категория 51 кг, весовая категория 54 кг			
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 9,9 с)	Бег 60 м (не более 10,3 с)	15
Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин 10 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 35 с)	10
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)	15
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз)	5
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)	5
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 6 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 3 раз)	10
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)	10
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		
весовая категория 55 кг, весовая категория 59 кг, весовая категория 65 кг, весовая категория 65+ кг, весовая категория 71 кг, весовая категория 71+ кг			
Скоростные качества	Бег 60 м (не более 10,3 с)	Бег 60 м (не более 10,7 с)	15

Выносливость	Бег 800 м (не более 3 мин 20 с)	Бег 800 м (не более 3 мин 45 с)	10
Силовые качества	Подтягивание из виса на перекладине (не менее 7 раз)	Подтягивание из виса на низкой перекладине (не менее 11 раз)	15
Сила	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 14 раз)	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (не менее 8 раз)	5
	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 8 раз)	Подъем ног до хвата руками в висе на гимнастической стенке (не менее 3 раз)	5
	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 6 раз)	Приседание со штангой весом не менее 100% собственного веса (не менее 3 раз)	10
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места (не менее 160 см)	Прыжок в длину с места (не менее 145 см)	10
Техническое мастерство	Обязательные требования к технической подготовленности забегания на борцовские мостики; - скоростные броски; - один борцовский комплекс		30 по оценке тренера (для всех весовых категорий)

К прохождению вступительных испытаний допускаются спортсмены, имеющие спортивную квалификацию не ниже 1 разряда.

Оценка спортивных результатов по итогам выступления на соревнованиях текущего спортивного сезона по виду спорта «самбо»

Наименование соревнований (учитывается результат олимпийской программы)	100 баллов	70 баллов	25 баллов
Первенство России Спартакиада учащихся РФ Спартакиада молодежи РФ Чемпионат России Кубок России (финал, общий зачет)	1-10 место		
Чемпионат и Первенство ФО		1-5 место	
Чемпионат и Первенство Субъекта РФ			1-3 место

Функциональное обследование

1. Первичный прием спортивного врача и объективное исследование по основным системам организма.
2. Антропометрия, оценка физического развития и состава тела.
3. Исследование скелетно-мышечных и скоростно-силовых характеристик.
4. Оценка координационно-технических и психофизиологических показателей.
5. Исследование показателей физической работоспособности.
6. Функциональная диагностика и инструментальные методы исследования.
7. Лабораторная диагностика с проведением общих и биохимических исследований.
8. Анализ результатов медицинского обследования и формирование комплексного заключения.