

Прием в Учреждение осуществляется по письменному заявлению поступающих, а в случае если они несовершеннолетние, по письменному заявлению законных представителей (смотри приложение ниже).

К заявлению о поступлении прилагаются следующие документы:

- копия документа, удостоверяющего личность поступающего: свидетельство о рождении или паспорт (если поступающий достиг 14-летнего возраста);

- справка об отсутствии у поступающего медицинских противопоказаний для освоения программы спортивной подготовки по избранному виду спорта (справка должна иметь штамп медицинского учреждения, печать учреждения для справок и личную печать врача);

- фотография поступающего (размером 3x4) – 2 штуки;

- копия классификационной книжки спортсмена или удостоверения (при наличии);

- справку о прохождении обучения по программе спортивной подготовки (в случае перехода из другого учреждения физкультурно-спортивной направленности).

Пакет документов, представленный не в полном объеме приниматься не будет.

Поступающий, не имеющий всех прилагаемых к заявлению документов, не допускается к проведению индивидуального отбора.

НОРМАТИВЫ

для зачисления в группы этапа начальной подготовки.

Отбор поступающих производится в очной форме согласно утвержденного графика при сдаче установленных нормативов. Прием нормативов проводят члены приемной комиссии.

Система оценок при проведении индивидуального отбора по конькобежному спорту – **бальная, от 3 до 5 баллов.**

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)				
	норматив	Юноши		Девушки	
Год обучения		НП – 1 года	НП – 2-3 год	НП – 1 года	НП – 2-3 года
Основные тесты					
Быстрота	Бег на 30 м, сек	56 – 6,2	56 – 5,9	56 – 6,5	56 – 6,2
		46 – 6,4	46 – 6,1	46 – 6,7	46 – 6,4
		36 – 6,6	36 – 6,3	36 – 6,9	36 – 6,6
	Бег на 60 м, сек	56 – 11,4	56 – 11,1	56 – 11,4	56 – 11,1
		46 – 11,6	46 – 11,3	46 – 11,6	46 – 11,3
		36 – 11,8	36 – 11,5	36 – 11,8	36 – 11,5
Челночный бег 3x10 м, сек	56 – 8,9	56 – 8,6	56 – 9,1	56 – 8,8	
	46 – 9,1	46 – 8,8	46 – 9,3	46 – 9,0	
	36 – 9,3	36 – 9,0	36 – 9,5	36 – 9,2	
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места, см	56 – 145	56 – 150	56 – 135	56 – 140
		46 – 140	46 – 145	46 – 130	46 – 135
		36 – 135	36 – 140	36 – 125	36 – 130
	Тройной прыжок в длину с места, см	56 – 490	56 – 495	56 – 480	56 – 485
		46 – 485	46 – 490	46 – 475	46 – 480
		36 – 480	36 – 485	36 – 470	36 – 475
Прыжок вверх с места со взмахом руками, см	56 – 30	56 – 35	56 – 25	56 – 30	
	46 – 25	46 – 30	46 – 20	46 – 25	
	36 – 20	36 – 25	36 – 15	36 – 20	

Выносливость	Бег 2000 м	Без учета времени (+)			
Дополнительные требования					
При равном количестве баллов приоритет по тесту		Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места
Минимальный балл для зачисления		18	18	18	18

НОРМАТИВЫ

для зачисления на тренировочный этап подготовки

Отбор поступающих производится в очной форме согласно утвержденного графика при сдаче установленных нормативов. Прием нормативов проводят члены приемной комиссии.

Система оценок при проведении индивидуального отбора – **балльная, от 3 до 5 баллов.**

ЮНОШИ

Развиваемое физическое качество	Контрольные упражнения (тесты)					
	норматив	Юноши				
Год обучения	ТЭ – 1 года	ТЭ – 2 года	ТЭ – 3 года	ТЭ – 4 года	ТЭ – 5 года	
Основные тесты						
Быстрота	Бег на 30 м, сек	5б – 5,3	5б – 5,2	5б – 5,1	5б – 5,0	5б – 4,9
		4б – 5,4	4б – 5,3	4б – 5,2	4б – 5,1	4б – 5,0
		3б – 5,5	3б – 5,4	3б – 5,3	3б – 5,2	3б – 5,1
Быстрота	Бег на 60 м, сек	5б – 9,4	5б – 9,3	5б – 9,2	5б – 9,1	5б – 8,9
		4б – 9,5	4б – 9,4	4б – 9,3	4б – 9,2	4б – 9,0
		3б – 9,6	3б – 9,5	3б – 9,4	3б – 9,3	3б – 9,1
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места, см	5б – 190	5б – 195	5б – 200	5б – 205	5б – 210
		4б – 185	4б – 190	4б – 195	4б – 200	4б – 205
		3б – 180	3б – 185	3б – 190	3б – 195	3б – 200
Скоростно-силовые качества	Тройной прыжок в длину с места, см	5б – 540	5б – 545	5б – 560	5б – 570	5б – 615
		4б – 535	4б – 540	4б – 550	4б – 560	4б – 595
		3б – 530	3б – 535	3б – 540	3б – 550	3б – 570
Выносливость	Бег 1500 м, мин.сек	5б – 5.52,0	5б – 5.42,0	5б – 5.32,0	5б – 5.20,0	5б – 5.12,0
		4б – 5.56,0	4б – 5.46,0	4б – 5.36,0	4б – 5.24,0	4б – 5.17,0
		3б – 6.00,0	3б – 5.50,0	3б – 5.40,0	3б – 5.30,0	3б – 5.22,0
Выносливость	Бег 3000 м, мин.сек	5б – 12.44,0	5б – 12.28,0	5б – 12.12,0	5б – 11.52,0	5б – 10.32,0
		4б – 12.52,0	4б – 12.36,0	4б – 12.20,0	4б – 12.02,0	4б – 10.42,0
		3б – 13.00,0	3б – 12.44,0	3б – 12.28,0	3б – 12.12,0	3б – 11.52,0
Техническое мастерство	Пригибная ходьба, без учета времени (+)	200 м	200 м	300 м	400 м	400м
Разряд		3 юн	2 юн-1 юн	1 юн-3	3-2	2-1
Дополнительные требования						
При равном количестве баллов приоритет по тесту		Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места
Минимальный балл для зачисления		18	18	18	18	18

ДЕВУШКИ

Развиваемое	Контрольные упражнения (тесты)
-------------	--------------------------------

Физическое качество	норматив	ДЕВУШКИ				
		Год обучения	ТЭ – 1 года	ТЭ – 2 года	ТЭ – 3 года	ТЭ – 4 года
Основные тесты						
Быстрота	Бег на 30 м, сек	56 – 5,5	56 – 5,4	56 – 5,3	56 – 5,2	56 – 5,1
		46 – 5,6	46 – 5,5	46 – 5,4	46 – 5,3	46 – 5,2
		36 – 5,7	36 – 5,6	36 – 5,5	36 – 5,4	36 – 5,3
	Бег на 60 м, сек	56 – 9,7	56 – 9,6	56 – 9,5	56 – 9,4	56 – 9,2
		46 – 9,8	46 – 9,7	46 – 9,6	46 – 9,5	46 – 9,3
		36 – 9,9	36 – 9,8	36 – 9,7	36 – 9,6	36 – 9,4
Скоростно-силовые качества	Прыжок в длину с места, см	56 – 185	56 – 190	56 – 195	56 – 200	56 – 205
		46 – 180	46 – 185	46 – 190	46 – 195	46 – 200
		36 – 175	36 – 180	36 – 185	36 – 190	36 – 195
	Тройной прыжок в длину с места, см	56 – 525	56 – 535	56 – 555	56 – 565	56 – 575
		46 – 520	46 – 530	46 – 545	46 – 555	46 – 565
		36 – 515	36 – 525	36 – 535	36 – 545	36 – 555
Выносливость	Бег 1000 м, мин.сек	56 – 4.23,0	56 – 4.19,0	56 – 4.15,0	56 – 4.11,0	56 – 4.07,0
		46 – 4.27,0	46 – 4.22,0	46 – 4.18,0	46 – 4.14,0	46 – 4.10,0
		36 – 4.30,0	36 – 4.25,0	36 – 4.21,0	36 – 4.17,0	36 – 4.13,0
Техническое мастерство	Пригибная ходьба, без учета времени (+)	100 м	200 м	300 м	400 м	400м
		Разряд	3 юн	2 юн-1 юн	1 юн-3	3-2
Дополнительные требования						
При равном количестве баллов приоритет по тесту		Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места	Прыжок в длину с места
Минимальный балл для зачисления		15	15	15	15	15