

Вступительные нормативы для проведения индивидуального отбора поступающих

Критерии отбора для зачисления на обучение
по дополнительной предпрофессиональной программе

по плаванию

для этапа начальной подготовки 1 года обучения

Минимальное количество (сумма) баллов для зачисления на программу - 13

Контрольные упражнения	Мальчики					Девочки				
	5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1 Наклон вперед из положения сидя (см.)	25 и более	20-24	15-19	10-14	9 и менее	25 и более	20-24	15-19	10-14	9 и менее
2 Отжимания из упора лежа (количество за 30 сек.)	20 и более	15-19	10-14	6-9 раз	5 и менее	15 и более	11-14	7-10	3-6	3 и менее
3 Приседания руки за головой (количество раз за 30 сек.)	30-25	25-20	20-15	15-10	10-5	25-20	20-15	15-10	10-5	5-0
4 Проплавание дистанции 25 м. вольный стиль (любым стилем)	без ошибок	1-2 незначительные ошибки	3 и более незначительные ошибки	проплавание 12,5 м.	скольжение на груди (на спине)	без ошибок	1-2 незначительные ошибки	3 и более незначительные ошибки	проплавание 12,5 м	скольжение на спине
или										
Проплавание дистанции 25 м. кролем (на время)	30.0 и менее	30.0-35.0	35.0-40.0	40.0-45.0	45.0-50.0	28.0 и менее	30.0-35.0	35.0-40.0	40.0-45.0	45.0-50.0