Приложение № 4

к Порядку проведения индивидуального отбора поступающих в МБОУ ДО ДЮСШ «Буревестник» на обучение по дополнительным предпрофессиональным программам

Вступительные нормативы для проведения индивидуального отбора поступающих

Критерии отбора для зачисления на обучение
по дополнительной предпрофессиональной программе
по дзюдо
для этапа начальной подготовки 1 года обучения
Минимальное количество (сумма) баллов для зачисления на программу – 15

Контрольные упражнения		Мальчики					Девочки				
		5	4	3	2	1	5	4	3	2	1
1	Бег 30 м (сек.)	5,0 и менее	5,01-5,3	5,31-5,6	5,61-5,9	5,91 и более	5,5 и менее	5,51-5,8	5,81-6,1	6,11-6,4	6,4 и более
2	Подтягивание на перекладине (количество раз)	6 и более	5	4	3	2 и менее	4 и более	3	2	1	-
3	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
4	Подъем туловища, лежа на спине (количество раз)	15 и более	14	13	12	11 и менее	10 и более	9	8	7	6 и менее
5	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см.)	140 и более	135	130	125	120 и менее	130 и более	125	120	115	110 и менее
6	Спортивный разряд	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-