

Система оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения),  
применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих  
по виду спорта легкая атлетика

№ п/п	Норматив	результат	балл
1.	Челночный бег 3x10 м	не более 9,2/9,5*	5
		не более 9.4/9.7*	4
		не более 9.6/9.9*	3
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 12/7*	5
		не менее 11/6*	4
		не менее 10/5*	3
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 150/140*	5
		не менее 140/130*	4
		не менее 130/120*	3
4.	Прыжки через скакалку в течение 30 сек.	не менее 27/32*	5
		не менее 26/31*	4
		не менее 25/30*	3
5.	Метание мяча весом 150 гр	не менее 26/17 м*	5
		не менее 25/16 м*	4
		не менее 24/15 м*	3
6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +4/+5 см*	5
		не менее +3/+4 см*	4
		не менее +2/+3 см*	3
7.	Бег (кросс) 2 км (бег по пересеченной местности (без учета времени))	зачет	5

\* - юноши, девушки

Примечание: зачет - по 7 видам. Минимальный проходной балл – 23

Система оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения),  
применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих  
по виду спорта плавание

№ п/п	Норматив	результат	балл
1.	Бег на 30 м	не более 6,7/6,9*	5
		не более 6,8/7,0*	4
		не более 6,9/7,1*	3
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 9/6*	5
		не менее 8/5*	4
		не менее 7/4*	3
3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	не менее +3/+5*	5
		не менее +2/+4*	4
		не менее +1/+3*	3
4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 120/115*	5
		не менее 115/110*	4
		не менее 110/105*	3
5.	Плавание (вольный стиль) 50 м (без учета времени)	Зачет	5
6.	Челночный бег 3x10 м с высокого старта	не более 9,9/10,4*	5
		не более 10,0/10,5*	4
		не более 10,1/10,6*	3

7.	Исходное положение – стоя держа мяч весом 1 кг за головой. Бросок мяча вперед	не менее 3,7/3,2 м*	5
		не менее 3,6/3,1 м*	4
		не менее 3,5/3 м*	3
8.	Исходное положение – стоя, держа гимнастическую палку, ширина хвата 50 см. Выкручивание прямых рук в плечевых суставах вперед- назад	не менее 3 раз	5
		не менее 2 раз	4
		не менее 1 раза	3

\* - юноши, девушки

Примечание: зачет – по 8 видам. Минимальный проходной балл – 26

Система оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения),  
применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих  
по виду спорта спортивная гимнастика

№ п/п	Норматив	результат	балл
1.	Челночный бег 3x10 м	не более 10,1/10,4*	5
		не более 10,2/10,5*	4
		не более 10,3/10,6*	3
2.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	не менее 11/9*	5
		не менее 9/7*	4
		не менее 8/5*	3
3.	Подтягивание из виса хватом сверху на высокой перекладине <i>юноши</i>	не менее 5	5
		не менее 3	4
		не менее 2	3
4.	Подтягивание из виса лежа хватом сверху на низкой перекладине <i>девушки</i>	не менее 8	5
		не менее 6	4
		не менее 5	3
5.	Прыжок в длину с места	не менее	5

	толчком двумя ногами	125/120 см*	
		не менее 115/110 см*	4
		не менее 110/105 см*	3
6.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) фиксация 3 сек.	не менее +4/+5 см*	5
		не менее +3/+4 см*	4
		не менее +1/+3 см*	3
7.	Исходное положение – вис на гимнастической стенке хватом сверху. Подъем выпрямленных ног в положении «угол»	не менее 7 раз	5
		не менее 6 раз	4
		не менее 5 раз	3
8.	Вис «углом» на гимнастической стенке. (фиксация положения)	не менее 7 с	5
		не менее 6 с	4
		не менее 5 с	3
9.	Упражнение «мост» из положения лежа на спине. Отклонение плеч от вертикали не более 45°. (фиксация положения)	не менее 7 с	5
		не менее 6 с	4
		не менее 5 с	3

Примечание: зачет - по 9 видам. Минимальный проходной балл – 27

Система оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения),  
применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих  
по виду спорта спорт глухих

№ п/п	Норматив	результат	балл
Дисциплина баскетбол			
1.	Бег на 14 м	не более 4,0/4,5*	5
		не более 3,9/4,4*	4
		не более 3,8/4,3*	3
2.	Челночный бег 3x10 м	не более 12,0/12,5*	5
		не более	4

		12,2/12,7*	
		не более 12,5/13,0*	3
3.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 130/125*	5
		не менее 120/115*	4
		не менее 110/105*	3
4.	Прыжок вверх с меча со взмахом руками	не менее 24/20*	5
		не менее 22/18*	4
		не менее 20/16*	3
Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»			
5.	Бег на 30 м с ходу	не более 5,3/5,8*	5
		не более 5,4/5,9*	4
		не более 5,5/6,0*	3
6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	не менее 160/140 м*	5
		не менее 155/135 м*	4
		не менее 150/130*	3
7.	Бег на 100 м	не более 16,6/18,6*	5
		не более 16,8/18,8*	4
		не более 17,0/19,0*	3

\* - юноши, девушки

Примечание: зачет - по 4 видам для дисциплины баскетбол, по 3 видам для дисциплины легкая атлетика . Минимальный проходной балл – 12 дисциплина баскетбол, 9 легкая атлетика

Система оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения), применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих по виду спорта спорт слепых

№ п/п	Норматив	результат	балл
-------	----------	-----------	------

Для спортивных дисциплин «легкая атлетика - бег на короткие дистанции», «легкая атлетика - прыжки»			
1.	Бег на 60 м с ходу	<i>без учета времени</i>	5
2.	Бег на 150 м	<i>без учета времени</i>	5
3.	Бег на 100	<i>без учета времени</i>	5
4.	Бег на 30 м	<i>без учета времени</i>	5
5.	Прыжок в длину с места (в координации)	не менее 1 раза	5
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - бег на средние и длинные дистанции»			
6.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	5
		4	4
		3	3
7.	Бег на 600 м	<i>без учета времени</i>	5
8.	Прыжок в длину с места (в координации)	не менее 1 раза	5
9.	Бег на 60 м	<i>без учета времени</i>	5
Для спортивной дисциплины «легкая атлетика - метания»			
10.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	5	5
		4	4
		3	3
11.	Прыжок в длину с места (в координации)	не менее 1 раза	5
12.	Бег на 60 м	<i>без учета времени</i>	5
13.	Бросок ядра (2 кг) вперед двумя руками от груди	в координации	5

\* - юноши, девушки

Примечание: зачет - по 4 видам. Минимальный проходной балл легкая атлетика - бег на короткие дистанции – 25, бег на средние и длинные дистанции , метания -18.

Система оценок (отметок, баллов, показателей в единицах измерения),  
применяемая при проведении индивидуального отбора поступающих  
по виду спорта спорт лиц с ПОДА

№ п/п	Норматив	результат	балл
<b>Бег на короткие, средние, длинные дистанции, прыжки</b> <b>I функциональная группа</b> <i>зачет по 5 видам, минимальный балл 17</i>			
1.	Бег на 60 м	не более	5

		14,7/17,7*	
		не более 14,8/17,8*	4
		не более 15,0/18,0*	3
2.	Бег на 150 м	не более 57,0/87,0*	5
		не более 58,0/88,0*	4
		не более 60,0/90,0*	3
3.	Бег на 30 м	не менее 7,6/8,6*	5
		не менее 7,8/8,8*	4
		не менее 8,0/9,0*	3
4.	Бег на 400 м	<i>(за минимальное время)</i>	5
5.	И.П. – стоя или сидя, бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
<b>Бег на короткие, средние, длинные дистанции, прыжки</b> <b>III функциональная группа</b> <i>зачет по 6 видам, минимальный балл 20</i>			
6.	Бег на 60 м	не более 12,6/14,6	5
		не более 12,8/14,8	4
		не более 13,0/15,0	3
7.	Бег на 150 м	не более 47,0/56,0	5
		не более 48,0/58,0	4
		не более 50,0/60,0	3
8.	Бег на 30 м	не более 5,8/7,3	5
		не более 6,1/7,6	4
		не более 6,5/8,0	3
9.	Бег на 600 м	<i>(за минимальное время)</i>	5
10.	И.П. – стоя, бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками от груди	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3

	( на максимальное расстояние) <i>(на максимальное расстояние)</i>		
11.	И.П. – стоя. Прыжки в длину с мест на максимальное расстояние	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
<b>Метания</b> <b>I функциональная группа</b> <i>зачет по 3 видам, минимальный балл 11</i>			
12.	И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с гантелей	(на максимальное количество раз)	5
13.	И.П. – сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой по 5 раз. (на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
14.	И.П. – сидя, бросок медицинбола весом 1 кг вперед двумя руками от груди ( на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
<b>Метания</b> <b>II функциональная группа</b> <i>зачет по 5 видам, минимальный балл 14</i>			
15.	И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с гантелей (на максимальное количество раз)	(на максимальное количество раз)	5
16.	Бег на 30 м	не более 8,1/9,1	5
		не более 8,3/9,3	4
		не более 8,5/9,5	3
17.	И.П. – стоя или сидя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой. (на максимальное расстояние)	7 р	5
		6 р	4
		5 р	3
18.	И.П. – сидя, бросок медицинбола весом 2 кг вперед двумя руками от груди ( на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
<b>Метания</b> <b>III функциональная группа</b> <i>зачет по 5 видам, минимальный балл 17</i>			

19.	И.П. – лежа на спине. Сгибание разгибание рук с гантелей	(на максимальное количество раз)	5
20.	Бег на 30 м	не более 6,6	5
		не более 6,8	4
		не более 7,0	3
21.	И.П. – стоя. Бросок теннисного мяча правой и левой рукой по 5 раз (на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
22.	И.П. – сидя, бросок медицинбола весом 2 кг вперед двумя руками от груди (на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3
23.	И.П. – стоя. Прыжок в длину с места (на максимальное расстояние)	3 р	5
		2 р	4
		1 р	3

\* - юноши, девушки