

УТВЕРЖДАЮ
Министр спорта и туризма
Республики Беларусь
С.М.Ковальчук
«07» _____ 2021

КРИТЕРИИ
отбора кандидатов для зачисления
в средние школы – училища олимпийского резерва
по прыжкам на батуте

СОГЛАСОВАНО
Общественная
организация «Белорусская
ассоциация гимнастики»

А.В.Федорск

«07» _____ 2021

СОГЛАСОВАНО
Заместитель Министра
спорта и туризма
Республики Беларусь

А.И.Барауля

«07» _____ 2021

СОГЛАСОВАНО
Учреждение образования
«Республиканское
государственное училище
олимпийского резерва»

А.В.Власюк

«07» _____ 2021

СОГЛАСОВАНО
Управление спорта
Министерства спорта и
туризма Республики
Беларусь

И.Ф.Емельянов

«07» _____ 2021

СОГЛАСОВАНО
Учреждение
«Республиканский центр
олимпийской подготовки
по гимнастическим видам
спорта»

Е.И.Степанова

«07» _____ 2021

Минск, 2021

С.М.Ковальчук

**КРИТЕРИИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В
СРЕДНИЕ ШКОЛЫ – УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА
ПО ПРЫЖКАМ НА БАТУТЕ**

1. Общие сведения, спортивный результат

Возраст, лет	Класс	Спортивный разряд	Спортивный результат, предшествующий за год до зачисления, рейтинг (республиканский)	Место, дисциплина	Количество баллов	Коэффициент трудности произвольного упражнения
13 – 14 лет	7 – 8		Первенство Республики Беларусь (далее – ПРБ), олимпийские дни молодежи Республики Беларусь (далее – ОДМ РБ), спартакиада ДЮСШ Республики Беларусь (далее – РС ДЮСШ), республиканская спартакиада школьников (далее – РСШ)	программа МС 4 – 8 место – индивидуальные прыжки	98,0 юноши 93,0 девушки	120 ед. – юноши 100 ед. – девушки
		I разряд – КМС	Чемпионат Республики Беларусь (далее – ЧРБ), кубок Республики Беларусь (далее – КРБ), республиканские соревнования, внесенные в республиканский календарный план	программа МС 5 – 8 место – синхронные прыжки программа КМС 4 – 10 место – индивидуальные прыжки 4 – 8 место – синхронные прыжки		
			РСШ, ПРБ, Спартакиада ДЮСШ	программа КМС		

14 – 15 лет	9 – 10	КМС – МС	ЧЕ (юниоры) Всемирные соревнования среди возрастных групп ЧРБ, КРБ, республиканские соревнования, внесенные в республиканский календарный план ПРБ, ОДМ РБ, Спартакиада ДЮСШ, РСШ	1 – 5 место – индивидуальные прыжки 6 – 10 место – индивидуальные прыжки 6 – 10 место – синхронные прыжки 2 – 5 место – командные соревнования 1 – 6 место – индивидуальные прыжки (13 – 14 лет) программа МС 6 – 8 место – синхронные прыжки программа МС 1-5 место – индивидуальные прыжки	100,0 юниоры 95,0 юниорки	140 ед. – юниоры 120 ед. – юниорки
16 – 17 лет	11	КМС – МС	ЧЕ (юниоры)	3 – 8 место – индивидуальные прыжки 3 – 8 место – индивидуальные прыжки		160 ед. – мужчины 154 ед. – юниоры 130 ед. – женщины 121 ед. – юниорки

			<p>- Всемирные соревнования среди возрастных групп:</p> <p>ЧРБ, КРБ, Республиканские соревнования, внесенные в республиканский календарный план</p>	<p>синхронные прыжки 2 – 5 место – командные соревнования</p> <p>4 – 8 место индивидуальные прыжки (15 – 16 лет) 1 – 3 место синхронные прыжки</p> <p>программа МС 1 – 8 место индивидуальные прыжки 1 – 5 место синхронные прыжки</p>		
17 – 19 лет	1 – 2 курс	МС	<p>Всемирные соревнования среди возрастных групп</p> <p>ЧРБ, КРБ, республиканские соревнования, внесенные в республиканский календарный план</p>	<p>4 – 10 место индивидуальные прыжки (17 – 21 год)</p> <p>программа МС 1 – 8 место индивидуальные прыжки 1 – 5 место синхронные прыжки</p>		160 ед. – мужчины; 130 ед. – женщины

2. Шкала приоритетных показателей спортсменов, оцениваемых при зачислении в средние школы – училища олимпийского резерва

Возраст	Баллы	Показатель
13 – 14 лет	5	Спортивный результат
	4	Личные качества (целеустремленность, воля к победе, дисциплинированность)
	3	Психологическая устойчивость
	2	СФП
	1	ОФП
14 – 15 лет	5	Спортивный результат
	4	Личные качества (целеустремленность, воля к победе, дисциплинированность)
	3	Психологическая устойчивость
	2	СФП
	1	ОФП
16 – 17 лет	5	Спортивный результат
	4	Психологическая устойчивость
	3	Личные качества (целеустремленность, воля к победе, дисциплинированность)
	2	СФП
	1	ОФП
17 – 19 лет	5	Спортивный результат
	4	Психологическая устойчивость
	3	Личные качества (целеустремленность, воля к победе, дисциплинированность)
	2	СФП
	1	ОФП

* в соответствии с критериями и дополнительно по согласованию с главным тренером НК и решением тренерского совета НК.

3. Нормативы по ОФП, СФП (прыжки на багуге)

Спортсмены, не имеющие спортивных результатов, изложенных в таблице, в исключительных случаях могут быть зачислены при достижении ими спортивных результатов, свидетельствующих о положительной динамике и перспективности их профессионального роста.

Нормативы по общей физической подготовленности (девушки)

Тест	Балл	Возраст, лет			
		13	14	15	16 и старше
Бег 10 м, с.	5	1,88 и лучше	1,83 и лучше	1,78 и лучше	1,73 и лучше
	4	1,89 – 2,00	1,84 – 1,95	1,79 – 1,90	1,74 – 1,85
	3	2,01 – 2,17	1,96 – 2,14	1,91 – 2,08	1,86 – 2,02
	2	2,18 – 2,27	2,15 – 2,26	2,09 – 2,20	2,03 – 2,19
	1	2,28 и хуже	2,27 и хуже	2,21 и хуже	2,20 и хуже
Бег 5 мин., м	5	1320 и более	1400 и более	1456 и более	1501 и более
	4	1249 – 1319	1320 – 1399	1343 – 1455	1353 – 1500
	3	1100 – 1248	1170 – 1319	1179 – 1342	1190 – 1352
	2	955 – 1099	1000 – 1169	1050 – 1178	1065 – 1189
	1	954 и менее	999 и менее	1049 и менее	1064 и менее
Бег «змейкой», с.	5	2,50 и лучше	2,45 и лучше	2,40 и лучше	2,38 и лучше
	4	2,51 – 2,60	2,46 – 2,56	2,41 – 2,52	2,39 – 2,49
	3	2,61 – 2,74	2,57 – 2,72	2,53 – 2,68	2,50 – 2,65
	2	2,75 – 2,86	2,73 – 2,82	2,69 – 2,78	2,66 – 2,75
	1	2,87 и хуже	2,83 и хуже	2,79 и хуже	2,76 и хуже
Прыжок вверх, см	5	40 и более	48 и более	51 и более	53 и более
	4	34 – 39	41 – 47	45 – 50	47 – 52
	3	25 – 30	31 – 40	35 – 44	37 – 46
	2	19 – 24	24 – 30	28 – 34	30 – 36
	1	18 и менее	23 и менее	27 и менее	29 и менее
Прыжок с «добавками», количество раз	5	31 и более	35 и более	37 и более	39 и более
	4	28 – 30	31 – 34	33 – 36	34 – 38
	3	24 – 27	26 – 30	28 – 32	30 – 33
	2	19 – 23	21 – 25	23 – 27	25 – 29
	1	18 и менее	20 и менее	22 и менее	24 и менее
Наклон вперед стоя, см	5	25 и более	26 и более	28 и более	30 и более
	4	22 – 24	23 – 25	24 – 27	25 – 29
	3	15 – 21	16 – 22	17 – 23	18 – 24
	2	9 – 14	10 – 15	11 – 16	12 – 17
	1	8 и менее	9 и менее	10 и менее	11 и менее

Нормативные оценки общей физической подготовленности (юноши)

Тест	Балл	Возраст, лет				
		13	14	15	16 и старше	
Бег 10 м, с.	5	1,85 и лучше	1,79 и лучше	1,71 и лучше	1,66 и лучше	
	4	1,86 – 1,97	1,80 – 1,89	1,72 – 1,81	1,67 – 1,77	
	3	1,98 – 2,13	1,90 – 2,06	1,82 – 1,98	1,78 – 1,96	
	2	2,14 – 2,24	2,07 – 2,17	1,99 – 2,11	1,97 – 2,10	
	1	2,25 и хуже	2,18 и хуже	2,12 и хуже	2,11 и хуже	
Бег 5 мин., м	5	1258 и более	1352 и более	1457 и более	1564 и более	
	4	1150 – 1257	1227 – 1351	1309 – 4569	1403 – 1563	
	3	1009 – 1149	1076 – 1226	1159 – 1308	1252 – 1402	
	2	901 – 1008	951 – 1075	1011 – 1158	1091 – 1251	
	1	900 и менее	950 и менее	1010 и менее	1090 и менее	
Бег «змейкой», с	5	2,58 и лучше	2,49 и лучше	2,40 и лучше	2,32 и лучше	
	4	2,59 – 2,67	2,50 – 2,57	2,41 – 2,480	2,33 – 2,45	
	3	2,68 – 2,82	2,58 – 2,721	2,49 – 2,61	2,46 – 2,60	
	2	2,83 – 2,91	2,73 – 2,79	2,62 – 2,69	2,61 – 2,74	
	1	2,92 и хуже	2,80 и хуже	2,70 и хуже	2,75 и хуже	
Прыжок вверх, см	5	54 и более	61 и более	64 и более	68 и более	
	4	48 – 53	55 – 60	57 – 63	62 – 67	
	3	39 – 47	45 – 54	48 – 56	53 – 61	
	2	33 – 38	39 – 44	42 – 47	47 – 52	
	1	32 и менее	38 и менее	41 и менее	46 и менее	
Прыжок с «добавками», количество раз	5	35 и более	40 и более	45 и более	50 и более	
	4	31 – 34	36 – 39	41 – 44	46 – 49	
	3	25 – 30	30 – 35	35 – 40	40 – 45	
	2	21 – 24	26 – 29	31 – 34	36 – 39	
	1	20 и менее	25 и менее	30 и менее	35 и менее	
Наклон вперед стоя, см	5	21 и более	24 и более	25 и более	29 и более	
	4	18 – 20	23	20 – 24	26 – 28	
	3	13 – 17	17 – 22	18 – 21	22 – 25	
	2	11 – 12	14 – 16	15 – 17	20 – 21	
	1	10 и менее	13 и менее	14 и менее	19 и менее	

Нормативные требования по уровню развития силы мышц верхних конечностей

Тест	Балл	Возраст, лет									
		13		14		15		16 и старше			
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д		
Отжимание в упоре лежа, количество раз	10,0	24	20	26	22	28	22	28	22	28	22
	9,0	22	18	24	20	26	20	26	20	26	20
	8,0	20	16	22	18	24	18	24	18	24	18
Время выполнения, с.		30									
Подтягивание	+	7	4	9	5	11	5	12	5	12	5

Примечание:

Каждое отжимание выше нормы — надбавка 0,5 б.

Невыполнение норматива на 8,0 б — сбавка 1,0 б за каждое отжимание.

За невыполнение теста «подтягивание» от итоговой суммы баллов отнимается 5 баллов.

Нормативные требования по уровню развития силы мышц нижних конечностей

Тест	Балл	Возраст, лет									
		13		14		15		16 и старше			
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д		
Приседания на одной ноге «пистолетик», количество раз	10,0	27	26	34	30	34	30	34	30	34	30
	9,0	25	24	32	28	32	28	32	28	32	28
	8,0	23	22	30	26	30	26	30	26	30	26
Время выполнения, с.		15									
Примечание:		20									

Примечание:

Норматив выполняется в течение 10, 15 или 20 с. в зависимости от возраста.

Количество приседаний на правую и левую ногу складываются.

«Пистолетик» не засчитывается: при касании пола пяткой поднятой вперед-книзу ноги, при полуприсяде или неполном выпрямлении опорной ноги.

За «заваливание» туловища в правую или левую сторону сбавка 0,1 – 0,2 б за каждый раз.

За недовыполнение контрольной цифры норматива между 10,0 и 8,0 б сбавка 0,5 б.

Невыполнение норматива на 8,0 б – сбавка 0,5 б за каждый раз.

Выполнение норматива выше 10,0 б – надбавка 0,5 б за каждый раз.

Нормативные требования по уровню развития силы мышц брюшного пресса

Тест	Балл	Возраст, лет							
		13		14		15		16 и старше	
		М	Д	М	Д	М	Д	М	Д
Угол на гимнастической стенке за 30 с.	10,0	10	8	12	12	14	14	14	14
	9,0	8	7	10	10	12	12	12	12
	8,0	7	6	8	8	10	10	10	10
		10		8		12		12	

Примечание:

Максимальное время выполнения норматива 30 с.

Невыполнение углов до нормы ниже 8,0 баллов сбавка 1,0 балл за каждый угол.

Выше нормы каждый угол – надбавка 0,5 балла за каждый угол.

За недовыполнение контрольной цифры норматива между 10,0 и 8,0 баллами сбавка 0,5 балла.

Сбавка за согнутые ноги – от 0,1 до 0,2 балла за каждый угол.

Нормативные требования по уровню развития взрывной силы мышц нижних конечностей

Тест	Балл	Возраст, лет							
		13		14		15		16 и старше	
		230 и более		234 и более		238 и более		241 и более	
Прыжок в длину с места, см	10,0	222 – 229		227 – 233		231 – 237		234 – 240	
	9,0	207 – 221		212 – 226		217 – 230		220 – 233	
	8,0	235 и более		243 и более		255 и более		265 и более	
		228 – 234		236 – 242		248 – 254		259 – 264	
		212 – 227		221 – 235		233 – 247		242 – 258	

Примечание:

За прыжок выше нормы – надбавка 0,5 балла за каждые 5 см.

Выполнение норматива ниже 8 баллов – сбавка 1 балл за каждые 5 см.

ДИСЦИПЛИНА – ПРЫЖКИ НА АКРОБАТИЧЕСКОЙ ДОРОЖКЕ

3. Нормативы по СФП

Контрольные нормативы по специальной физической подготовке для 13 лет

Оценка в баллах	Бег 20 м с высокого старта, с.		Прыжок в длину с места, см		Подтягивание в висе на перекладине, количество раз		Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (юноши), в упоре лежа (девушки), количество раз		Из виса на стенке поднимание ног до касания, количество раз		Хлопки в упоре лежа за 30 с., количество раз		Стойка на руках махом, с		Гибкость: наклон, мост		С места рфрф-о		С места 7 сальто назад в группировке без продвижения, с.	
	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д	м	д
10	3,1 и лучше	3,3 и лучше	245 и лучше	220 и лучше	16 и лучше	12 и лучше	16 и лучше	18 и лучше	16 и лучше	13 и лучше	55 и лучше	16 и лучше	м/д	м/д	м	д	7 и лучше	8 и лучше	9	10
9	3,3	3,5	235	210	14	10	14	16	13	50	14	По правилам соревнований	м и д	Судейство из 10 баллов, учитываемая ошибки исполнителя	11	12	13	14		
8	3,5	3,7	225	200	12	8	12	14	11	45	12	10								
7	3,7	3,9	215	190	10	6	10	12	9	40	10									

Примечание:

1. Ф – фляк, Т – темповое сальто, С – сальто назад.
2. При выполнении стойки на руках махом для сохранения вертикального положения допускаются переступания на кистях. Сбавка 0,1 балла за каждый шаг.
3. При выполнении предпоследнего теста сбавки за исполнение производятся по правилам соревнований: мелкая ошибка – 0,1 балла, средняя ошибка – 0,2 балла, грубая ошибка – 0,4 балла, невыполнение – без оценки.

Контрольные нормативы по специальной физической подготовке для 14 лет

Оценка в баллах	Бег 20 м с высокого старта, с.		Прыжок в длину с места, см		Подтягивание в висе на перекладине, количество раз		Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (тоноши), в упоре лежа (девушки), количество раз		Из виса на стенке поднимание ног до касания, количество раз	Хлопки в упоре лежа за 30 с., количество раз	Стойка на руках махом, с.	Гибкость: наклон, мост	С места фурфур-о	С места 7 сальто назад в группировке без продвижения, с.		
	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д						М	Д	
10	3,1 и лучше	3,3 и лучше	245 и лучше	220 и лучше	16 и лучше	12 и лучше	16 и лучше	18 и лучше	16 и лучше	55 и лучше	16 и лучше	м/д	м/д	м и д	7 и лучше	8 и лучше
9	3,3	3,5	235	210	14	10	13	16	13	50	14	По правилам соревнований	Судейство из 10 баллов, учитывающая ошибки исполнителя	9	10	
8	3,5	3,7	225	200	12	8	11	14	11	45	12			11	12	
7	3,7	3,9	215	190	10	6	9	12	9	40	10			13	14	

Примечание:

1. Ф – фляк, Т – темповое сальто, С – сальто назад.
2. При выполнении стойки на руках махом для сохранения вертикального положения допускаются переступания на кистях. Сбавка 0,1 балла за каждый шаг.
3. При выполнении предпоследнего теста сбавки за исполнение производятся по правилам соревнований: мелкая ошибка – 0,1 балла, средняя ошибка – 0,2 балла, грубая ошибка – 0,4 балла, невыполнение – без оценки.

Контрольные нормативы по специальной физической подготовке для 15 лет

Оценка в баллах	Бег 20 м с высокого старта, с.		Прыжок в длину с места, см		Подтягивание в висе на перекладине, количество раз		Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (юноши), в упоре лежа (девушки), количество раз		Из виса на стенке поднимание ног до касания, количество во раз	Хлопки в упоре лежа за 30 с., количество во раз	Стойка на руках махом, с.	Гибкость: наклон, мост, шпагат (девушки)	С места д.: ФФТФФФ % м.: ФФТФФФ%	С места 8 сальто назад в группировке без продвигения, с.		
	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д						М	Д	
10	3,0 лучше	3,2	265 лучше	240 лучше	18 лучше	14 лучше	16 лучше	18 лучше	16 и лучше	60 и лучше	16 и лучше	м/д	м/д	10	8 лучше	д
9	3,2	3,4	255	230	16	12	14	16	14	50	14	По правилам соревнований	Судейство из 10 баллов, учитываем ошибки исполнения	10	10 лучше	12
8	3,4	3,6	245	220	14	10	12	14	12	45	12			12	12	14
7	3,6	3,8	235	210	12	8	10	12	10	40	10			14	14	16

Примечание:

1. Ф – фляк, Т – темповое сальто, % – двойное сальто назад.
2. При выполнении стойки на руках махом для сохранения вертикального положения допускаются переступания на кистях. Сбавка 0,1 балла за каждый шаг.
3. При выполнении предпоследнего теста сбавки за исполнение производятся по правилам соревнований: мелкая ошибка – 0,1 балла, средняя ошибка – 0,2 балла, грубая ошибка – 0,4 балла, невыполнение без оценок – без оценок.

Контрольные нормативы по специальной физической подготовке для 16 лет и старше

Оценка в баллах	Бег 20 м с высокого старта, с.		Прыжок в длину с места, см		Подтягивание в висе на перекладине, количество раз		Сгибание и разгибание рук в упоре на брусьях (юноши), в упоре лежа (девушки), количество раз		Из виса на стенке поднимание ног до касания, количество раз	Хлопки в упоре лежа за 30 с., количество раз	Стойка на руках махом, с.	Гибкость : наклон, мост	С места ФТФТТ С	С места 10 сальто назад в группировке без продвижения, с.	
	М	Д	М	Д	М	Д	М	Д						М	Д
10	3,0 и лучше	3,2 и лучше	265 и лучше	240 и лучше	18 и лучше	14 и лучше	16 и лучше	18 и лучше	16 и лучше	60 и лучше	16 и лучше	М/Д	М и Д	М	Д
9	3,2	3,4	255	230	16	12	14	16	14	50	14	По правилам соревнований	Судейство из 10 баллов, учитываемая ошибка исполнения	12	14
8	3,4	3,6	245	220	14	10	12	14	12	45	12			14	16
7	3,6	3,8	235	210	12	8	10	12	10	40	10			16 и хуже	18 и хуже

Примечание:

1. Ф – фляк, Т – темповое сальто, С – сальто назад.

2. При выполнении стойки на руках махом для сохранения вертикального положения допускаются переступания на кистях. Сбавка 0,1 балла за каждый шаг.

3. При выполнении предпоследнего теста сбавки за исполнение производятся по правилам соревнований: мелкая ошибка – 0,1 балла, средняя ошибка – 0,2 балла, грубая ошибка – 0,4 балла, невыполнение – без оценки.

Терминология, цифровая система записи и коэффициент трудности для дисциплин прыжки на батуте и двойном мини-трампе

Элемент	Цифровые обозначения	Положение	Трудность
³ / _д сальто вперед	3	O,V,I	3
Сальто вперед в группировке	4	O	5
Сальто вперед согнувшись	4	V	6
Сальто вперед с 1/6 пируэта	4.1	O,V,I	6
Сальто вперед с пируэтом прогнувшись	4.2	-	7
Сальто вперед с 1/4 пируэта прогнувшись	4.3	-	8
Семь четвертей сальто вперед	7	o,v	8,9
Одиннадцать четвертей сальто вперед	И	o v	11,13
2 сальто вперед в группировке	8	O	10
2 сальто вперед в согнувшись	8	V	12
2 сальто вперед с пируэта в группировке	8.01	O	11
2 сальто вперед с 1/4 пируэта согнувшись	8.01	V	13
2 сальто вперед с 1/4 пируэта в группировке	8.03;8.21	O	13
2 сальто вперед с 1/4 пируэта согнувшись	8.03;8.21	V	15
2 сальто вперед с 2/4 пируэта согнувшись	8.05;8.23	V	17
3 сальто вперед с 1/4 пируэта	12.0.01	o,v	17, 20
3 сальто вперед с 1/4 пируэта в группировке	12.0.03;12.2.01	O	19
3 сальто вперед с 1/4 пируэта согнувшись	12.0.03; 12.2.05	V	22
1 УА сальто вперед со спины с 1/2 пируэта	5.1	o,v	7
1 УА сальто вперед со спины с 1 пируэта	5.3	I	9
УА сальто назад	3	O,V,I	3
Сальто назад	4	O,V,I	5,6,6
Сальто назад с пируэтом	4,2	I	7
Сальто назад с 2 пируэтами	4.4	I	9
2 сальто назад	8	o,v,1	10,12, 12
2 сальто назад с пируэтом в группировке	8.1.1;8.2.0	O	12
2 сальто назад с пируэтом согнувшись	8.1.1;8.2.0	V	14
2 сальто назад с 2 пируэтами в группировке	8.1.3;8.2.2	O	14
2 сальто назад с 2 пируэтами согнувшись	8.1.3;8.2.2	V	16
2 сальто назад с 3 пируэтами	8.3.3	O,V,1	16, 18, 18
3 сальто назад	12.0.0	O,V,I	16, 19, 19
3 сальто назад с пируэтом в группировке	12.1.0.1	O	18
3 сальто назад с пируэтом согнувшись	12.1.0.1	V	21
1 УА сальто назад с живота в группировке	5	O	6
1 УА сальто назад с живота согнувшись	5	V	7

Условные обозначения: O - группировка; V - согнувшись; I - прогнувшись.