

Государственное бюджетное учреждение  
спортивная школа «Ижора» олимпийского резерва «Ижора»  
Колпинского района Санкт-Петербурга

Принято на заседании  
Тренерского совета  
Протокол № 6/22 от 11.04.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Директор ГБУ СШОР «Ижора»  
Колпинского района Санкт-Петербурга



Т.В. Андреева  
Приказ от 26.04.2022 № 162-О

### ПОЛОЖЕНИЕ

О приемных нормативах и требованиях конкурсного отбора  
для поступающих в группу начальной подготовки первого года подготовки  
ОТДЕЛЕНИЯ ГРЕБЛИ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ  
В 2022 году (на период с 01.09.2022 г. по 31.08.2023 г.)  
по программе «Спортивная подготовка 2-я ступень»

В группы начальной подготовки первого года подготовки (НП-1, спортивная подготовка 2-я ступень) отделения гребли на байдарках и каноэ на 2022-2023 год принимаются дети 2009-2013 года рождения независимо от даты рождения, желающие заниматься греблей на байдарках и каноэ, не имеющие медицинских противопоказаний (имеющие медицинское заключение о допуске к занятиям по виду спорта «гребля на байдарках и каноэ» по форме «Приложения № 2 к приказу Минздрава РФ № 1144н от 23.10.2020»), сдавшие приемные нормативы.

Приемные нормативы принимаются в соответствии с Базовым требованиями спортивной подготовки (2 ступень) по виду спорта «Гребля на байдарках и каноэ»

**НОРМАТИВЫ  
ОБЩЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ И СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ  
ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ И ПЕРЕВОДА В ГРУППЫ НА ЭТАПЕ НАЧАЛЬНОЙ  
ПОДГОТОВКИ ПО ВИДУ СПОРТА "ГРЕБЛЯ НА БАЙДАРКАХ И КАНОЭ"**

N п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,4	6,6
1.2.	Бег на 1000 м	мин, с	не более	
			6,30	6,50
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			8	3
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+ 1	+ 1
1.5.	Челночный бег 3 x 10 м	с	не более	
			9,8	10,1
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	110
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Плавание 25 м	без учета времени		
2.2.	Приседания за 15 секунд	количество раз	не менее	
			10	8
2.3.	Исходное положение - лежа на спине. Ноги согнуты в коленях на ширине плеч, руки согнуты и сжаты в замок за головой. Подъем туловища до касания бедер с возвратом в исходное положение	количество раз	не менее	
			8	

**Сдача приемных нормативов оценивается по системе «зачет» или «незачет».**

К зачислению рекомендуются кандидаты, получившие «зачет» по всем упражнениям общей физической подготовки и специальной физической подготовки в соответствии с

количеством мест для зачисления.

В случае, если количество кандидатов на поступление превышает количество мест к зачислению, то среди кандидатов на поступление, сдавших приемные нормативы на «зачет», проводится конкурсный отбор: составляется рейтинг в баллах по результатам сдачи норматива «бег 1000 метров». Баллы начисляются следующим образом: 1 балл за каждую 1 секунду быстрее норматива (норматив для мальчиков - 6 мин. 30 сек. для девочек - 6 мин. 50 сек.). Зачисляются кандидаты с наибольшим количеством баллов.

Для кандидатов на зачисление является обязательным умение плавать (25 метров).