

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ ДЕТСКО-
ЮНОШЕСКАЯ СПОРТИВНАЯ ШКОЛА С ОТДЕЛЕНИЕМ
АДАПТИВНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ «РОСТОК»**


УТВЕРЖДАЮ
 Директор МАОУ ДО ДЮСШ
 А.С. Курелюк
 «30» апреля 2018 года

**Вступительные испытания на дополнительные
предпрофессиональные программы по избранному виду спорта
на 2018-2019 учебный год.**

Набор (Индивидуальный отбор) на дополнительную
предпрофессиональную программу по легкой атлетике на этапа начальной
подготовки 1 года обучения.

Минимальный балл для зачисления 9

30 м с высокого старта		Прыжок в длину с места		Челночный бег 3x10 м		оценка
ю	д	ю	д	ю	д	
6,3	6,5	155	150	8,4	8,9	5
6,6	6,8	145	140	8,9	9,4	4
6,9	7,1	135	130	9,4	9,9	3

Набор (Индивидуальный отбор) на дополнительную предпрофессиональную
программу по бадминтону на этап начальной подготовки 1 года обучения.

Минимальный балл для зачисления 16

	юноши	девушки
ОФП, СФП		

Вид	5	4	3	5	4	3
Бег 30 м (с)	6.5	6.7	6.9	7.0	7.2	7.4
Челночный бег 6x5м (с)	12.0	12.2	12.5	13.5	13.8	14.0
Прыжок в длину, см	155	145	135	150	140	130
Метание волана, м	4.5	4.2	3.9	4.0	3.7	3.4

Набор (Индивидуальный отбор) на дополнительную предпрофессиональную программу по настольному теннису на этап начальной подготовки 1 года обучения.

Минимальный балл для зачисления 10

	юноши			девушки		
ОФП, СФП						
Вид	5	4	3	5	4	3
Бег 30 м (с)	6.5	6.7	6.9	7.0	7.2	7.4
Бег по восьмерке, (с)	34	36	38	36	38	40
Прыжок в длину, см	155	145	135	150	140	130

Набор (Индивидуальный отбор) на дополнительную предпрофессиональную программу по художественной гимнастике на этап начальной подготовки 1 года обучения.

Минимальный балл для зачисления 15

	5	4	3
Складка сидя на полу И.п. сидя на полу, ноги вместе, ладонями скользить по полу, ноги не сгибать, животом тянуться к бедрам.	Живот на бедрах, руки прямые на полу, прямые колени	Живот не касается бедер, колени и руки прямые	Согнутые колени, руки прямые
Показать натянутые ноги И.п. сидя на полу. Вытянуть колено со стопой обеих ног.	Пятки оторваны, стопы натянуты, колени прижаты к полу	Пятки лежат на полу.	Колени оторваны от пола.
Прыжки И.п. стоя. Толчком двух ног прыжки подряд без остановки 5 раз,	Прыжок высотой от локтевого сустава до кончиков пальцев.	Прыжок высотой от локтевого сустава до лучезапястного сустава	Исполнение прыжка
Мост по шведской стенке И.п. ноги на шире плеч, руки вверх, опускаться поочередно на одну рейку.	Опустилась до конца стенки.	Опустилась до середины	Взялась за самую верхнюю рейку для своего роста.
Музыкальная импровизация На 15с. включить любую быструю, подвижную, музыку и попросить ребенка чтобы он потанцевал.	Чувствует ритм, темп, слышит мажорные акценты. Выражение эмоций	Без эмоций.	Двигается не в такт музыки.

Набор (Индивидуальный отбор) на дополнительную предпрофессиональную программу по армрестлингу на этап начальной подготовки 1 года обучения.

Минимальный балл для зачисления 10

	юноши			девушки		
ОФП, СФП						
Вид	5	4	3	5	4	3
Отжимание, раз	8	6	4	4	3	2
Бег 30 м, сек	6.5	6.8	7.1	6.8	7.1	7.4
Прыжок в длину с места, см	150	145	140	140	135	130

Набор (Индивидуальный отбор) на дополнительную предпрофессиональную программу по футболу на этап начальной подготовки 1 года обучения.

Минимальный балл для зачисления 9

	юноши		
Вид	5	4	3
Бег 30 м (с)	6.3	6.6	6.9
Челночный бег 3x10м (с)	9,0	9,3	9,6
Прыжок в длину, см	155	145	135