

Программа вступительных испытаний по гиревому спорту 2020 год

Вступительные испытания не являются соревнованием по виду спорта. Вступительные испытания проводятся по Правилам приема на обучение по образовательным программам высшего образования Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Национальный государственный Университет физической культуры, спорта и здоровья имени П.Ф. Лесгафта, Санкт-Петербург».

На вступительных испытаниях оценивается уровень подготовленности абитуриентов в одной из соревновательных программ гиревого спорта (по выбору): мужчины - «классическое двоеборье» или «толчок по длинному циклу», женщины - «рывок» или «толчок по длинному циклу».

Максимальная оценка – 70 баллов.

Учитывается:

1. Техника выполнения соревновательного упражнения.
2. Дисциплинированность абитуриентов.

Абитуриент обязан знать правила о соревнованиях и строго их выполнять. Абитуриенты проходят процедуру взвешивания. Опоздавшие на экзамен не допускаются.

НОРМАТИВЫ

по гиревому спорту (очная и заочная формы обучения):

Мужчины		Женщины	
Весовая категория, кг	Двоеборье, гири 24 кг (к-во очков)	Весовая категория, кг	Рывок гири 16 кг (к-во подьёмов)
58	90	48	80
63	100	53	90
68	110	58	100
73	120	63	110
78	130	63+	125
85	140		
85 +	160		

или:

Мужчины		Женщины	
Весовая категория, кг	Толчок по длинному циклу гири 24 кг (к-во подьёмов)	Весовая категория, кг	Толчок по длинному циклу гири 16 кг (к-во подьёмов)
58	55	63	60
63	60	63 +	65
68	65		

73	70		
78	74		
85	79		
85 +	90		

**Оценка результатов вступительных испытаний по гиревому спорту
(в баллах)**

Мужчины		Женщины	
Оценка	Двоеборье. Толчок по длинному циклу	Оценка	Рывок. Толчок по длинному циклу
70	выполнение норматива	70	выполнение норматива
65	на 2 подъёма меньше норматива	65	на 2 подъёма меньше норматива
60	на 4 подъёма меньше норматива	60	на 4 подъёма меньше норматива
55	на 6 подъёмов меньше норматива	55	на 6 подъёмов меньше норматива
50	на 8 подъёмов меньше норматива	50	на 8 подъёмов меньше норматива
45	на 10 подъёмов меньше норматива	45	на 10 подъёмов меньше норматива
40	на 12 подъёмов меньше норматива	40	на 12 подъёмов меньше норматива
35	на 14 подъёмов меньше норматива	35	на 14 подъёмов меньше норматива
30	на 16 подъёмов меньше норматива	30	на 16 подъёмов меньше норматива
25	на 18 подъёмов меньше норматива	25	на 18 подъёмов меньше норматива
20	на 20 подъёмов меньше норматива	20	на 20 подъёмов меньше норматива
15	на 22 подъёмов меньше норматива	15	на 22 подъёмов меньше норматива
10	на 24 подъёма меньше норматива	10	на 24 подъёма меньше норматива
5	на 26 подъёмов меньше норматива	5	на 26 подъёмов меньше норматива
4	на 28 подъёмов меньше норматива	4	на 28 подъёмов меньше норматива
3	на 30 подъёмов меньше норматива	3	на 30 подъёмов меньше норматива
2	на 32 подъёма меньше норматива	2	на 32 подъёма меньше норматива
1	на 34 подъёма меньше норматива	1	на 34 подъёма меньше норматива
0	на 36 подъёмов меньше норматива	0	на 36 подъёмов меньше норматива

*Программа утверждена на заседании кафедры теории и методике атлетизма
10 сентября 2019 года, протокол №2*