

УТВЕРЖДАЮ
Министр спорта и туризма
Республики Беларусь
С.М.Ковальчук
« 1 » 04 2021

КРИТЕРИИ
отбора кандидатов для зачисления
в средние школы – училища олимпийского резерва
ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ

СОГЛАСОВАНО
Общественное
объединение
«Белорусская
федерация лыжных
гонок»
А.В.Дорохович
« 26 » 04 2021

СОГЛАСОВАНО
Заместитель Министра
спорта и туризма
Республики Беларусь
А.И.Барауля
« 26 » 04 2021

СОГЛАСОВАНО
Учреждение образования
«Республиканское
государственное училище
олимпийского резерва»
А.В.Власюк
« 26 » 04 2021

СОГЛАСОВАНО
Управление спорта
Министерства спорта и
туризма Республики
Беларусь
« 26 » 04 2021

СОГЛАСОВАНО
Учреждение
«Республиканский центр
олимпийской подготовки
по зимним видам спорта
«Раубичи»
А.С.Гагиев
« 26 » 04 2021

Минск, 2021

Ермош

**КРИТЕРИИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В
СРЕДНИЕ ШКОЛЫ – УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА
ПО ЛЫЖНЫМ ГОНКАМ**

1. Общие сведения

Отдельно для критериев отбора собираются следующие сведения, которые будут учитываться при зачислении в УОР и ведения профиля спортсмена на протяжении времени обучения:

антропометрические данные (рост, вес), медико-биологические, функциональные на основе прохождения тестов и прирост результатов за первые полгода занятия избранной командой в избранном виде спорта.

2. Рейтинг спортсменов-кандидатов на зачисление в УОР формируется по занятым местам в соревнованиях, разрядным нормам, включению в состав сборной команды РБ по лыжным гонкам.

1 курс

член сборной команды:

2 курс

резерв (пер)	-10	-10
резерв (пост)	-15	-15
стажер (пер)	-20	-20
стажер (пост)	-30	-30

выполнение норматива I разряд

-10

выполнение, подтверждение КМС

-20

подтверждение КМС

-20

выполнение МС

-30

подтверждение, выполнение МС

-30

нормы ОФП

- 1

хорошо

- 2

- 2

отлично

- 3

- 3

к рассмотрению только член сборной команды РБ

2.1. Система набора очков (индивидуальные дисциплины)

Наименование соревнований/место	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	участие
ЮЗОИ	100	90	80	70	60	50	45	40	35	30	20
ЕОФМ	60	55	50	45	40	35	30	25	20	15	10
ПРБ, ЧРБ	20	18	17	16	15	14	13	12	11	10	5
Летнее ГРБ (юниоры), летний ЧРБ	18	17	16	15	14	13	12	11	10	5	3
ОДМ РБ	15	13	12	11	10	9	8	7	6	5	3
Спартакиада ДЮСШ РБ	15	13	10	9	8	7	6	5	4	3	2
ПРБ (юноши)	15	13	10	9	8	7	6	5	4	3	2
Летнее ГРБ (юноши)	13	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
Спартакиада школьников РБ	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1	-
Первенство области, г. Минска	9	8	7	6	5	4	3	2	1	-	-

*Рейтинг спортсменов строится отдельно по половому признаку, с учетом возрастной категории.

3. Нормативы общей физической и специальной физической подготовки для зачисления в группы УОР

Развиваемые физические качества	Контрольные упражнения (тесты)		
	Юноши 12-13 лет	Юноши 14-15 лет	Девушки 12-13 лет
Скорость	Бег 100 м (не более 15,0 с) на 4 балла	Бег 100 м (не более 14,5 с) на 4 балла	Бег 60 м (не более 9,7 с) на 4 балла
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (не менее 190 см) на 4 балла	Прыжок в длину с места (не менее 203 см) на 4 балла	Прыжок в длину с места (не менее 182 см) на 3 балла
Мышечная сила	Подтягивания на перекладине (не менее 10 раз)	Подтягивания на перекладине (не менее 13 раз) на 4 балла	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 20 раз) на 4 балла
Выносливость	Бег 1000 м (не более 3 мин 55 с) на 5 баллов	Бег 1000 м (не более 3 мин 45 с) на 4 балла	Бег 800 м (не более 3 мин 41 с) на 4 балла
			Бег 100 м (не более 16,2 с) на 4 балла
			Прыжок в длину с места (не менее 191 см) на 4 балла
			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (не менее 30 раз) на 4 балла
			Бег 800 м (не более 3 мин 29 с) на 4 балла
			Девушки 14-15 лет

Бег на лыжах классическим стилем 5 км (не ниже II спортивного разряда 17:26,5)	Бег на лыжах классическим стилем 5 км (не ниже I спортивного разряда 15:41,1)	Бег на лыжах классическим стилем 3 км (не ниже II спортивного разряда 11:41,6)	Бег на лыжах классическим стилем 3 км (не ниже I спортивного разряда 10:33,6)
Бег на лыжах свободным стилем 5 км (не ниже II спортивного разряда 16:54,8)	Бег на лыжах свободным стилем 5 км (не ниже I спортивного разряда 15:05,4)	Бег на лыжах свободным стилем 3 км (не ниже II спортивного разряда 11:14,8)	Бег на лыжах свободным стилем 3 км (не ниже I спортивного разряда 10:04,0)
	Бег на лыжах классическим стилем 10 км (не ниже I спортивного разряда 32:35,9)		Бег на лыжах классическим стилем 5 км (не ниже I спортивного разряда 17:59,6)
	Бег на лыжах свободным стилем 10 км (не ниже I спортивного разряда 31:07,4)		Бег на лыжах свободным стилем 5 км (не ниже I спортивного разряда 17:03,4)
Техническое мастерство	Обязательная техническая программа		

3. Шкала приоритетных качеств в виде спорта лыжные гонки

Физические качества и телосложение Уровень влияния

Скоростные способности 3

Мышечная сила 2

Вестибулярная устойчивость 3

Выносливость 3

Гибкость 2

Координационные способности 3

Телосложение 1

Условные обозначения: – значительное влияние; 2 – среднее влияние; 1 – незначительное влияние.