

НОРМАТИВЫ ПО СПЕЦИАЛЬНОЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКЕ (ТВОРЧЕСКИЙ ЭКЗАМЕН) ДЛЯ ПОСТУПАЮЩИХ В КОЛЛЕДЖ НА 2024 -2025 УЧЕБНЫЙ ГОД

Отделение лыжные гонки и биатлон

№	Нормативы классическим и коньковым ходом	1 курс	Оценка
2	Лыжная гонка 5 км (минуты) *примечание в летний сезон лыжероллеры девочки 1 курс	20:00	5
		20:30	4
		21:00	3
		более	2
3	Лыжная гонка 5 км классическим/ коньковым ходом (минуты) *примечание в летний сезон лыжероллеры Мальчики 1 курс	37:30	5
		38:00	4
		38:30	3
		более	2

Отделение гребной слалом

№	Нормативы	1 курс	Оценка
1	Каное (личная) С1 100 м Мальчики /девочки	47,00/52,00	5
		49,00/54,00	4
		50,00/55,00	3
		более	2
2	Каяк (личная) К1 100м Мальчики /девочки	47,00/52,00	5
		49,00/54,00	4
		50,00/55,00	3
		более	2
3	Техника прохождения обратных ворот	Визуальная оценка	5-2

Отделение прыжки на лыжах с трамплина

№	Нормативы	1 курс	Оценка
1	Тройной прыжок с места	7/6	5
		6,80/5,80	4
		6,60/5,60	3
		6,40/5,40	2
2	Выход со стола отрыва	Визуальная оценка	5-2
3	Телемарт (приземление на разножку)	Визуальная оценка	5-2

Отделение горнолыжный спорт, сноуборд

№	Нормативы	1 курс	Оценка
1	Тройной прыжок с места	7/6	5
		6,80/5,80	4
		6,60/5,60	3
		6,40/5,40	2
2	Техника прохождения слалома (на травяных склонах)	Визуальная оценка	5-2
3	Имитационные прыжки на тумбу за 1 минуту	65	5
		60	4
		55	3
		50	2