

**Порядок отбора кандидатов для обучения
в X специализированном по спорту классе (тяжелая атлетика)
лица учреждения образования
"Полесский государственный университет"**

1. В специализированный по спорту класс (тяжелая атлетика) лица учреждения образования "Полесский государственный университет" для получения среднего образования осуществляется прием лиц, способных достичь высоких спортивных результатов в избранном виде спорта, прошедших отбор и не имеющих медицинских противопоказаний к занятию избранным видом спорта (далее – кандидаты).

2. Отбор кандидатов для обучения в специализированном по спорту классе (тяжелая атлетика) осуществляется по результатам участия в спортивных соревнованиях и сдачи нормативов по физической и специальной подготовке (далее – контрольно-переводные нормативы).

3. Результаты участия кандидатов в спортивных соревнованиях в год приема или в году, предшествующем году приема, оцениваются в соответствии со шкалой, утвержденной постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь 21.03.2017 № 18 (в ред. от 11.07.2025 №18).

4. Прием контрольно-переводных нормативов осуществляется в сроки, утвержденные директором учреждения "Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 5 г. Пинска" по согласованию с ректором учреждения образования "Полесский государственный университет".

5. Контрольно-переводные нормативы для приема кандидатов в X специализированный по спорту класс (тяжелая атлетика) лица определены на основе учебной программы по тяжелой атлетике, утвержденной приказом Министерства спорта и туризма Республики Беларусь от 05.09.2023 № 363.

6. Контрольно-переводные нормативы для кандидатов состоят из 4 (четырех) контрольных упражнений: 2 (двух) по физической подготовке и 2 (двух) по специальной подготовке.

7. Контрольные упражнения по определению уровня физической подготовки:

- 1) бег 30 м (юноши и девушки);
- 2) прыжок в длину с места (юноши и девушки).

8. Контрольные упражнения по определению уровня специальной подготовки:

- 1) рывок классический;
- 2) приседание на плечах.

9. Выполнение контрольных упражнений проводится в практической форме в соответствии с Правилами безопасности проведения занятий физической культурой и спортом, утвержденными постановлением Министерства спорта и туризма Республики Беларусь 31.08.2018 № 60 (в ред. 11.07.2025 №18).

10. Перед началом выполнения каждого контрольного упражнения кандидатам предоставляется не менее 10 минут для разминки. При выполнении контрольных упражнений обязательно присутствие медицинского работника.

11. Кандидаты, которые не смогли явиться для сдачи нормативов по уважительным причинам (болезнь или другие непредвиденные подтвержденные документально обстоятельства, препятствующие выполнению задания), а также получившие травму во время их выполнения (подтвержденную документально), по решению приемной комиссии учреждения образования "Полесский государственный университет" допускаются к их сдаче в резервный день.

12. Результат каждого контрольного упражнения оценивается по пятибалльной шкале (от 1 до 5 баллов).

13. Условия и критерии оценки контрольных упражнений по определению уровня физической подготовки представлены в приложении 1; по определению уровня специальной подготовки – в приложении 2.

14. Уровень физической подготовки каждого кандидата оценивается как сумма результатов контрольных упражнений по определению уровня физической подготовки; уровень специальной подготовки каждого кандидата оценивается как сумма результатов контрольных упражнений по определению уровня специальной подготовки.

15. Результаты участия кандидатов в спортивных соревнованиях и результаты выполнения контрольно-переводных нормативов кандидатов фиксируются в протоколе, который подписывается руководителем (уполномоченным лицом) государственного спортивного учреждения "Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 5 г. Пинска" (приложение 3).

16. На основании протокола оценки участия в спортивных соревнованиях и приема контрольно-переводных нормативов учреждение "Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 5 г. Пинска" формирует список кандидатов, рекомендованных для приема в X специализированный по спорту класс (тяжелая атлетика), подписанный руководителем (уполномоченным лицом) государственного спортивного учреждения "Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 5 г. Пинска" (приложение 4).

17. Список кандидатов, рекомендованных для приема в X специализированный по спорту класс (тяжелая атлетика), и протокол оценки участия в спортивных соревнованиях и приема контрольно-переводных нормативов кандидатов предоставляются учреждением "Специализированная детско-юношеская школа олимпийского резерва № 5 г. Пинска" в приемную комиссию учреждения образования "Полесский государственный университет" не позднее 15.06.2026.

УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Бег 30 м, с

Проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу.

Прыжок в длину с места, см

Спортсмен становится на линию старта, ноги на ширине плеч. Без разбега толчком обеих ног прыгает вперед на дальность. Расстояние от линии старта до линии касания пяток после прыжка является показателем его прыжка.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ УРОВНЯ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ

Контрольные упражнения	Баллы				
	1	2	3	4	5
Юноши					
Бег 30 м, с	4,85 и более	4,77–4,84	4,67–4,76	4,41–4,66	4,40 и менее
Прыжок в длину с места, см	198 и менее	199-209	210–227	228–241	242 и более
Девушки					
Бег 30 м, с	5,45 и более	5,31–5,44	5,15–5,30	4,86–5,14	4,85 и менее
Прыжок в длину с места, см	145 и менее	146–158	159–175	176–189	190 и более

УСЛОВИЯ ВЫПОЛНЕНИЯ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Тестирование специальной подготовки проводится в следующей последовательности: стандартная разминка, рывок классический, приседание на плечах.

ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ КОНТРОЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ ПО ОПРЕДЕЛЕНИЮ УРОВНЯ СПЕЦИАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

Юноши											
Тест	Баллы	Весовая категория, кг									
		34	38	42	45	49	55	61	67	73	+73
Приседания на плечах, кг	5	44 и более	49 и более	54 и более	60 и более	65 и более	69 и более	70 и более	78 и более	85 и более	87 и более
	4	43	48	53	59	64	68	69	77	82	86
	3	42	47	52	58	63	66	67	74	79	83
	2	41	46	50	57	62	64	66	72	77	80
	1	40 и менее	45 и менее	49 и менее	55 и менее	60 и менее	62 и менее	65 и менее	70 и менее	75 и менее	78 и более
Рывок классический, кг	5	26 и более	29 и более	33 и более	35 и более	42 и более	46 и более	50 и более	54 и более	60 и более	63 и более
	4	25	28	32	34	40	45	49	53	59	61
	3	24	27	31	33	38	44	47	52	57	59
	2	23	26	30	32	36	42	45	50	55	57
	1	22 и менее	25 и менее	29 и менее	30 и менее	35 и менее	40 и менее	43 и менее	48 и менее	53 и менее	56 и менее

Девушки											
Тест	Баллы	Весовая категория, кг									
		32	36	40	45	49	55	59	64	71	+71
Приседания на плечах, кг	5	29	31	33	35	40	45	50	55	58	62
	4	28	30	32	34	39	44	49	54	57	61
	3	27	29	31	33	38	43	48	53	56	60
	2	26	28	30	32	37	42	47	52	55	59
	1	25	27	29	31	36	41	46	51	54	58
Рывок классический, кг	5	12	14	16	20	23	26	28	32	35	36
	4	11	13	15	19	22	25	27	31	34	35
	3	10	12	14	18	21	24	26	30	33	34
	2	9	11	13	17	20	23	25	29	32	33
	1	8	10	12	16	19	22	24	28	31	32

