

Контрольные нормативы для групп начальной подготовки 2-го года обучения

Общая физическая подготовка	
Подтягивание, кол-во раз	8 – 5 баллов 6 – 4 балла 5 – 3 балла менее 5 – не зачет
Отжимание от пола, кол-во раз	15 – 5 баллов 12 – 4 балла 10 – 3 балла менее 10 – не зачет
Прыжок в длину, см	150 – 5 баллов 140 – 4 балла 130 – 3 балла менее 130 – не зачет
Приседание, кол-во раз	25 – 5 баллов 20 – 4 балла 15 – 3 балла менее 15 – не зачет
Специальная подготовка	
Выполнение норматива 2 юношеского разряда	
Интегральная экспертная оценка	Сумма баллов

Примечания:

1. Контрольные нормативы считаются выполненными при интегральной экспертной оценке – 12 баллов и выполнении норматива 2 юношеского разряда.
2. Выполнение контрольных нормативов дает право на перевод учащегося в НП – 3 г.о.