

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ) ЭКЗАМЕНОВ ПО ВЕЛОСПОРТУ

(для мужчин и женщин очной и заочной формы обучения)

Максимальный балл по специальности - 93 балла

1	Педалирование на велостанке в течении 1 минуты при использовании передачи (мужчины 53*14) (женщины 53*17)	Мужчины									
		7 балл	11 балл	15 балл	19 балл	23 балл	27 балл	31 балл	35 балл	39 балл	43 балл
		21-30	31-40	41-50	51-60	61-70	71-80	81-90	91-100	101-110	111-120
		Женщины									
		7 балл	11 балл	15 балл	19 балл	23 балл	27 балл	31 балл	35 балл	39 балл	43 балл
		21-30	31-40	41-50	51-60	61-70	71-80	81-90	91-100	101-110	111-120

Примечание: - Упражнение на велостанке применяется на всех этапах спортивного совершенствования в велосипедном спорте. (При недостаточных показателях оборотов педали, баллы будут засчитаны по убывающему принципу, либо по баллу 0 если они не достигнуты полностью.) каждый абитуриент должен будет сдать экзамен на личном велосипеде и в специальном обмундировании.

2. УПРАЖНЕНИЕ НА ВЕЛОСТАНОКЕ

Ошибки

1. Правильно поставить велосипед на велосипедный станок;
2. Неправильная езда на велосипеде;
3. Неправильный захват в верхнем положении руля при езде на велосипеде;
4. Неправильный захват в среднем положении руля при езде на велосипеде;
5. Неправильный захват в нижнем положении руля при езде на велосипеде;
6. Неправильное нажатие на педали во время езды на велосипеде;
7. Неправильное положение головы при езде на велосипеде;
8. Неумение езды стоя на велостанке, при использовании передачи 39 * 17;
9. Не тряхти велосипед во время всех упражнений, выполняемых выше;
10. Неправильная остановка велосипеда и выход из критерия времени;

Примечание:- Управление на велостанке применяется на всех этапах спортивного совершенствования в велосипедном спорте из-за этого данное упражнение соответствует требованиям и применяется по творческому экзамену для поступления.
 - каждый абитуриент должен будет сдать экзамен на личном велосипеде
 - установлено, что мужчины выполняют упражнение велостанок за 3 минуты 30 секунд, а женщины-за 4 минуты.
 - максимальная оценка составляет 50 баллов, если техническая подготовка выполнена правильно. За каждую техническую ошибку начисляется 5 штрафных баллов (последовательность баллов: 0 -5; -10; -15; -20; -25; -30; -35; -40;-45; -50.).

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ) ЭКЗАМЕНОВ ПО ВЕЛОСПОРТУ

(для мужчин и женщин очной и заочной формы обучения)
Максимальный балл по физической подготовке - 63 балла

3	Специальное упражнение велосипедиста «пистолет» (раз)	Мужчины									
		6 балл	9 балл	12 балл	15 балл	18 балл	21 балл	24 балл	27 балл	30 балл	33 балл
		21-22	23-24	25-26	27-28	29-30	31-32	33-34	35-36	37-38	39-40
		Женщины									
		6 балл	9 балл	12 балл	15 балл	18 балл	21 балл	24 балл	27 балл	30 балл	33 балл
		21-22	23-24	25-26	27-28	29-30	31-32	33-34	35-36	37-38	39-40

4	Прыжки в длину с места (см)	Мужчины									
		3 балл	6 балл	9 балл	12 балл	15 балл	18 балл	21 балл	24 балл	27 балл	30 балл
		210-215	216-220	221-225	226-230	231-235	236-240	241-245	246-250	251-255	256-260
		Женщины									
		3 балл	6 балл	9 балл	12 балл	15 балл	18 балл	21 балл	24 балл	27 балл	30 балл
		176-178	179-180	181-182	183-184	185-186	187-188	189-190	191-192	193-194	195-196

Примечание: -Упражнение «пистолет» велосипедистов выполняется только на одной ноге и дается одна попытка.

- В упражнении прыжки в длину с места дается три попытки и учитывается наилучший результат.

(Показатели в указанных упражнениях, оцениваются либо по баллу низкого результата, либо по баллу 0, если они не достигнуты полностью.)

Заведующий кафедрой “Теории и методики
сложно-технических видов спорта”



И.И.Каримов