

**НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ
ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ) ЭКЗАМЕНОВ ПО
ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ**

(для мужчин, женщин и (женский спорт очной) очной и заочной формы
обучения)

Максимальный балл по физической подготовке - 63 балла

(максимальный балл-63)

№	Содержание норматива	Результат		Баллы
		Мужчины	Женщины	
1	<p>Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Тест позволяет определить уровень скоростно-силовых качеств.</p> <p>Выполнение: испытуемый встает на стартовую линию лицом вперед, не наступая на неё, поставив ноги на ширину плеч, несколько раз легко сгибая ноги, делает маховые движения вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Измеряется расстояние от стартовой линии до ближайшего места, где спортсмен(ка) коснулся плоскости земли с самой ближней части тело к старту. Выполняется две попытки, из которых регистрируется лучшая. Результат регистрируется в сантиметрах.</p>	2,40 и более	2,00 и более	21,0
		2,39	1,99	20,7
		2,38	1,98	20,4
		2,37	1,97	20,1
		2,36	1,96	19,8
		2,35	1,95	19,5
		2,34	1,94	19,2
		2,33	1,93	18,9
		2,32	1,92	18,6
		2,31	1,91	18,3
		2,30	1,90	18,0
		2,29	1,89	17,7
		2,28	1,88	17,4
		2,27	1,87	17,1
		2,26	1,86	16,8
		2,25	1,85	16,5
		2,24	1,84	16,2
		2,23	1,83	15,9
		2,22	1,82	15,6
		2,21	1,81	15,3
		2,20	1,80	15,0
		2,19	1,79	14,7
		2,18	1,78	14,4
		2,17	1,77	14,1
		2,16	1,76	13,8
		2,15	1,75	13,5
		2,14	1,74	13,2
2,13	1,73	12,9		
2,12	1,72	12,6		
2,11	1,71	12,3		
2,10	1,70	12,0		
2,09	1,69	11,7		
2,08	1,68	11,4		
2,07	1,67	11,1		
2,06	1,66	10,8		
2,05	1,65	10,5		

		2,04	1,64	10,2
		2,03	1,63	9,9
		2,02	1,62	9,6
		2,01	1,61	9,3
		2,00	1,60	9,0
		1,99	1,59	8,7
		1,98	1,58	8,4
		1,97	1,57	8,1
		1,96	1,56	7,8
		1,95	1,55	7,5
		1,94	1,54	7,2
		1,93	1,53	6,9
		1,92	1,52	6,6
		1,91	1,51	6,3
		1,90	1,50	6,0
		1,89	1,49	5,7
		1,88	1,48	5,4
		1,87	1,47	5,1
		1,86	1,46	4,8
		1,85	1,45	4,5
		1,84	1,44	4,2
		1,83	1,43	3,9
		1,82	1,42	3,6
		1,81	1,41	3,3
		1,80	1,40	3,0
		1,79	1,39	2,7
		1,78	1,38	2,4
		1,77	1,37	2,1
		1,76	1,36	1,8
		1,75	1,35	1,5
		1,74	1,34	1,2
		1,73	1,33	0,9
		1,72	1,32	0,6
		1,71	1,31	0,3
		1,70 меньше	1,30 меньше	0,0
2	Челночный бег 3x 10 м.	7,1 и менее	8,1 и менее	21
	Тест позволяет определить уровень координационных способностей.	7,2	8,2	20
		7,3	8,3	19
	Выполнение: испытуемый встает перед стартовой линией так, чтобы носок одной ноги упирался в линию старта. По сигналу выполняет бег до отметки, испытуемый дотрагивается до линии	7,4	8,4	18
	отметки ногой, выполняет разворот, продолжает бег до линии старта, где тоже дотрагивается ногой до линии, выполняет разворот и продолжает бег до	7,5	8,5	17
		7,6	8,6	16
		7,7	8,7	15
		7,8	8,8	14
		7,9	8,9	13
		8,0	9,0	12
		8,1	9,1	11
		8,2	9,2	10

	линии финиша. Результат измеряется в секундах и миллисекундах за время пробегания трех отрезков. Дается одна попытка.	8,3 8,4 8,5 8,6 8,7 8,8 8,9 9,0 9,1 9,2 и более	9,3 9,4 9,5 9,6 9,7 9,8 9,9 10,0 10,1 10,2 и более	9 8 7 6 5 4 3 2 1 0
3	Наклоны вперед стоя со скамейки. Определяется степень гибкости тела спортсмена. Выполнение: Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами выполняется из исходного положения: стоя на скамейке, ноги выпрямлены в коленях, ступни ног расположены параллельно на ширине. По сигналу выполняет медленный максимальный наклон корпуса вниз. При выполнении упражнения запрещается сгибать ноги в коленях. Результат измеряется в сантиметрах.	21 и более 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	21 и более 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0	21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 9 8 7 6 5 4 3 2 1 0

Примечание: на вступительных испытаниях каждый абитуриент должен при себе иметь соответствующую спортивную экипировку к данному виду спорта.

Правила поведения – каждый абитуриент должен прибыть на экзамен своевременно в заданное время экзаменационной комиссией. Абитуриент должен находиться в зоне сдачи экзамена, без мобильного телефона, быть внимательным и четко выполнять требования экзаменаторов, и не мешать в проведении экзамена.

Заведующий кафедрой
«Теории и методики зимних видов
спорта»

Каримов А.А.

НОРМАТИВНЫЕ ТРЕБОВАНИЯ И КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫХ (ТВОРЧЕСКИХ) ЭКЗАМЕНОВ ПО ФИГУРНОЕ КАТАНИЕ НА КОНЬКАХ

(для мужчин, женщин и (женский спорт очной) очной и заочной формы
обучения)

Максимальный балл по специальности - 93 балла

(максимальный балл-93)

ОДИНОЧНОЕ КАТАНИЕ

КОРОТКАЯ ПРОГРАММА (2 мин 20 сек \pm 10 сек). Фигурист должен
выполнить все обязательные элементы короткой программы:

1. Прыжок Аксель (19 баллов максимум).
2. Любой прыжок (сальхов, риттбергер, тулуп, флип, лутц) (19 баллов максимум).
3. Вращение Заклон, волчок или либела в одной позиции, без смены (заезд прыжком запрещён) максимум 8 оборотов. (19 баллов максимум).
4. Комбинация вращений только с одной сменой ноги (сидя, в либеле, стоя и любые вариации), (минимум 6 оборотов на каждой ноге), (19 баллов максимум).
5. Одна дорожка шагов: по прямой, по кругу или серпантину с полным использованием ледовой площадки. (17 баллов максимум).

1. Прыжок Аксель (19 баллов максимум)

Требование к нормативу	Баллы
Выполнен двойного Аксель с четким выездом	19 баллов
Выполнен двойной Аксель с плохой позицией в воздухе /долгая подготовка.	18 баллов
Выполнен двойной Аксель с недокрутом или с касанием свободной руки или ноги	17 баллов
Выполнен двойной Аксель с приземлением на две ноги (падение, вываливание, тройка)	16 баллов
Выполнен Одинарный Аксель без ошибок	15 баллов
Выполнен Одинарный Аксель с плохой позицией в воздухе /с долгой подготовкой к прыжку	14 баллов
Выполнен Одинарный Аксель с плохой высотой и длиной	13 баллов
Выполнен Одинарный Аксель с не докрученным количеством оборотов / касанием свободной рукой/ногой	12 баллов
Выполнен Одинарный Аксель с вываливание на приземлении /приземление на 2 ноги/тройка	11 баллов
Выполнен Одинарный Аксель с падением	10 баллов
Выполнен перекидной прыжок без ошибок	9 баллов
Выполнен перекидной прыжок с приземлением на две ноги (вываливание)	8 баллов
Выполнен перекидной прыжок с приземлением на две ноги (тройка)	7 баллов
Выполнен перекидной прыжок с касанием свободной рукой/ногой	6 баллов
Выполнен перекидной прыжок с падением	5 баллов
Выполнена имитация перекидного прыжка	4 балла
Выполнен заезд на перекидной прыжок	3 балла
Выполнен только выезд из прыжка	2 балла
Выполнен заезд на прыжок, но сам прыжок отсутствует	1 балл
Не выполнено ничего	0 баллов

2. Любой прыжок (сальхов, риттбергер, тулуп, флип, лутц) (19 баллов максимум).

Требование к нормативу	Баллы
Выполнен любой тройной прыжок с четким выездом.	19 баллов
Выполнен любой тройной прыжок с плохой позицией в воздухе; /долгая подготовка	18 баллов
Выполнен любой тройной прыжок с недокрутом	17 баллов
Выполнен любой тройной прыжок с касанием свободной руки или ноги	16 баллов
Выполнен любой тройной прыжок с приземлением на две ноги (вываливание, тройка)	15 баллов
Выполнен любой тройной прыжок с приземлением на две ноги (падение)	14 баллов
Выполнен любой двойной прыжок без ошибок	13 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с плохой позицией в воздухе /с долгой подготовкой к прыжку	12 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с плохой высотой и длиной	11 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с не докрученным количеством оборотов	10 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с касанием свободной рукой/ногой	9 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с вываливание	8 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с приземлением на 2 ноги/тройка	7 баллов
Выполнен любой двойной прыжок с падением	6 баллов
Выполнен любой одинарный прыжок без ошибок	5 баллов
Выполнен любой одинарный прыжок с приземлением на две ноги (вываливание, тройка)	4 балла
Выполнен любой одинарный прыжок с падением	3 балла
Выполнен заезд и попытка одинарного прыжка	2 балла
Выполнен заезд на прыжок, но сам прыжок отсутствует	1 балл
Не выполнено ничего	0 баллов

3. Вращение Заклон, волчок или либела в одной позиции, без смены (заезд прыжком запрещён) (19 баллов максимум).

Требование к нормативу	Баллы
Выполнено Вращение в одной позиции с 8 оборотами	19 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 8 оборотами с серьезной потерей равновесия	18 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 8 оборотами с нарушением центровки вращения	17 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 8 оборотами с падением	16 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 6-7 оборотами	15 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 6-7 оборотами с серьезной потерей равновесия	14 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 6-7 оборотами с нарушением центровки вращения	13 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 6-7 оборотами с падением	12 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 4-5 оборотами	11 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 4-5 оборотами с серьезной потерей равновесия или с нарушение центровки вращения	10 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 4-5 оборотами с падением	9 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 2-3 оборотами	8 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 2-3 оборотами с серьезной потерей равновесия	7 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 2-3 оборотами с нарушением центровки вращения	6 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 4-5 оборотами с падением	5 баллов
Выполнено Вращение в одной позиции с 1 и меньше оборотами	4 балла
Выполнено Вращение в одной позиции с 1 и меньше оборотами с серьезной потерей равновесия/с нарушение центровки вращения	3 балла
Выполнено Вращение в одной позиции с 1 и меньше оборотами с падением	2 балла
Выполнена попытка Вращения в одной позиции	1 балл
Не выполнено ничего	0 баллов

4. Комбинация вращений только с одной сменой ноги (сидя, в либеле, стоя и любые вариации), (минимум 6 оборотов на каждой ноге), (19 баллов максимум).

Требование к нормативу	Баллы
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (6 оборотов на каждой ноге)	19 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (6 оборотов на каждой ноге) с серьезной потерей равновесия или с нарушение центровки вращения или с падением	18 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (4-5 оборотов на каждой ноге)	17 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (4-5 оборотов на каждой ноге) с серьезной потерей равновесия или с нарушением центровки вращения	16 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (4-5 оборотов на каждой ноге) с падением	15 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (2-3 оборотов на каждой ноге)	14 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (2-3 оборотов на каждой ноге) с серьезной потерей равновесия или с нарушением центровки вращения	13 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (2-3 оборотов на каждой ноге) с падением	12 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (с разным количеством оборотов на каждой ноге)	11 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (с разным количеством оборотов на каждой ноге) с серьезной потерей равновесия или с нарушением центровки вращения	10 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (с разным количеством оборотов на каждой ноге) с падением	9 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (1 оборот на каждой ноге)	8 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (1 оборот на каждой ноге) с серьезной потерей равновесия или с нарушением центровки вращения	7 баллов
Выполнено Комбинация вращений только с одной сменой ноги (1 оборот на каждой ноге) с падением	6 баллов
Выполнено не менее 3 оборотов на одной ноге, а на другой только попытка вращения	5 баллов
Выполнено не менее 3 оборотов на одной ноге, а на другой не предпринималась попытка вращения	4 балла
Выполнено вращение на двух ногах	3 балла
Выполнен заезд и вход во вращение	2 балла
Выполнено только заезд во вращение	1 балл
Не выполнено ничего	0 баллов

5. Одна дорожка шагов: по прямой, по кругу или серпантину с полным использованием ледовой площадки. (17 баллов максимум)

Требование к нормативу	Баллы
Выполнено 8-10 шагов в дорожке	17 баллов
Выполнено 8-10 шагов в дорожке с неловким выполнением шагов; отсутствием плавных переходов между элементами дорожки	16 баллов
Выполнено 8-10 шагов в дорожке с отсутствием разнообразия шагов	15 баллов
Выполнено 8-10 шагов в дорожке с отсутствием связи шагов с музыкой	14 баллов
Выполнено 8-10 шагов в дорожке с серьезная потеря равновесия	13 баллов
Выполнено 8-10 шагов в дорожке с падением	12 баллов
Выполнено 5-7 шагов в дорожке	11 баллов
Выполнено 5-7 шагов в дорожке с неловким выполнением шагов	10 баллов
Выполнено 5-7 шагов в дорожке с отсутствием плавных переходов между элементами дорожки	9 баллов
Выполнено 5-7 шагов в дорожке с отсутствие разнообразия шагов; отсутствие связи шагов с музыкой	8 баллов
Выполнено 5-7 шагов в дорожке с серьезная потеря равновесия/ падением	7 баллов
Выполнено меньше 4 шагов в дорожке	6 балла
Выполнено меньше 4 шагов в дорожке с серьезной потерей равновесия	5 балла
Выполнено меньше 4 шагов в дорожке с падением	4 балла
Выполнено 2 шага в дорожке	3 балла

Выполнен 1 шаг	2 балла
Выполнена попытка шагов	1 балл
Ничего не выполнено	0 баллов

Абитуриент выполняет прокат короткой программы 2 минуты 20 секунд ± 10 сек должен выполнить 6 обязательных элементов. За каждый выполненный элемент предлагается свой балл согласно градации оценки. Например: Чисто выполненный двойной Аксель оценивается в 15 баллов, абитуриент выполнил двойной Аксель с недокрутом за что получает 13 баллов (согласно критериям оценки).

Примечание: при вступительных испытаниях каждый абитуриент должен при себе иметь соответствующую спортивную экипировку к данному виду спорта. Экипировка для сдачи нормативных требований по специализации: коньки в чехлах, костюм для женщин обязательно наличие юбки, для мужчин спорт брюки или комбинезон.

Правила поведения – каждый абитуриент должен прибыть на экзамен своевременно в заданное время экзаменационной комиссией. Абитуриент должен находиться в зоне сдачи экзамена, выключить мобильные телефоны, быть внимательными и чётко выполнять требования экзаменаторов, и не мешать проведению экзамена. Поступающим предоставляется разминка продолжительностью 4 минуты, после которой комиссия приглашает их на лед для исполнения коротких программ в порядке, определенном жеребьевкой. Если через 30 секунд после начала музыкального сопровождения абитуриент не приступил к исполнению программы, он будет дисквалифицирован, без права пересдачи с занесением в протокол нулевой оценки.

**Заведущий кафедрой:
«Теории и методики
зимних видов спорта».**



Каримов А.А.