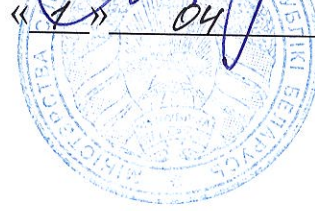


УТВЕРЖДАЮ
Министр спорта и туризма
Республики Беларусь
С.М.Ковальчук
« 4 » 04 2021



КРИТЕРИИ
отбора кандидатов для зачисления
в средние школы – училища олимпийского резерва
по триатлону

СОГЛАСОВАНО
Управление спорта
Министерства спорта
и туризма Республики
Беларусь



СОГЛАСОВАНО
Заместитель Министра
спорта и туризма
Республики Беларусь

А.И.Барауля
« 24 » 04 2021



СОГЛАСОВАНО
Директор учреждения
образования
"Республиканское
государственное училище
олимпийского резерва"

А.В.Власюк
« 24 » 04 2021



СОГЛАСОВАНО
Директор учреждения
"Республиканский центр
олимпийской подготовки
по велосипедному
спорту"

Д.Л.Толкачёв
« 24 » 04 2021



СОГЛАСОВАНО
Председатель
общественного
объединения
"Белорусская федерация
триатлона"

А.Н.Силивончик
« 23 » 08 2021



Минск
2021

I. Для участия в отборе кандидатов для зачисления в средние школы – училища олимпийского резерва (далее – училища олимпийского резерва) для получения общего среднего образования необходимо от лица кандидата или специализированного учебно-спортивного учреждения, в котором он проходит спортивную подготовку, направить следующую информацию в соответствующее учреждение образования:

ОБЩИЕ СВЕДЕНИЯ	
Фамилия, имя, отчество	
Дата рождения	
Территориальная принадлежность	
Вид спорта	
Спортивный разряд (звание)	
Принадлежность к национальной (сборной) команде Республики Беларусь по виду спорта (член, стажер, член резервного состава)	
Текущий спортивный результат (ранг соревнований, вид программы, занятое место, количество участников в виде программы), рейтинг (республиканский)*	
Спортивный результат, предшествующий за год до зачисления, рейтинг (республиканский)*	

* при наличии официального рейтинга принятого республиканской федерацией по виду спорта

II. Требования (нормативы) для кандидатов, поступающих в училища олимпийского резерва.
 К сдаче нормативов допускаются лица, имеющие медицинскую справку установленного образца о допуске к занятиям избранным видом спорта.

НОРМАТИВЫ ПО ОФП

Возраст, лет	Контрольные упражнения, единицы измерения	Балл	Результат	
			юноши	девушки
12 – 13 лет	Прыжок в длину с места (см)	5	рост + 40 см	
		4	рост + 30 см	
		3	рост + 20 см	
		2	рост + 10 см	
		1	рост + 5 см	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	5	35	23
		4	30	18
		3	24	12
		2	18	8
		1	12	3
	Поднимание туловища (раз за 1 мин.)	5	61	52
		4	56	47
		3	51	41
		2	46	33
		1	36	25
14 – 16 лет	Прыжок в длину с места (см)	5	рост + 40 см	
		4	рост + 30 см	
		3	рост + 20 см	
		2	рост + 10 см	
		1	рост + 5 см	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	5	40	24
		4	36	19
		3	30	14
		2	25	9
		1	20	4

	Поднимание туловища (раз за 1 мин.)	5	66	54
		4	61	50
		3	56	42
		2	51	35
		1	41	30
17 лет	Прыжок в длину с места (см)	5	рост + 40 см	
		4	рост + 30 см	
		3	рост + 20 см	
		2	рост + 10 см	
		1	рост + 5 см	
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа (раз)	5	45	25
		4	40	20
		3	36	15
		2	30	10
		1	25	5
	Поднимание туловища (раз за 1 мин.)	5	68	56
		4	63	52
		3	58	45
		2	53	40
		1	43	35

НОРМАТИВЫ ПО СФП

Нормативы по СФП (велосипедная подготовка) проводятся с обязательным использованием велотренажера WATTBIKE либо иного интерактивного велотренажера, позволяющего выполнять ступенчатую нагрузку и определять индивидуальные мощностные зоны, максимальную величину ЧСС и максимальную анаэробную мощность, оценивать качество педалирования. При использовании велотренажера WATTBIKE тесты проводятся с применением комбинации воздушного и магнитного контуров нагрузки.

Возраст, лет	Контрольные упражнения, единицы измерения	Балл	юноши	девушки
12 – 13 лет	Плавательная подготовка (200 м)	5	3:05	3:15
		4	3:10	3:20
		3	3:15	3:25
		2	3:20	3:30

14 – 15 лет	Беговая подготовка (1000 м)	1	3:30	3:40	
		5	3:40	4:00	
		4	3:50	4:05	
		3	3:55	4:10	
		2	4:00	4:15	
		1	4:05	4:20	
		5	4,18	3,64	
	Велосипедная подготовка 3-х минутный тест (аэробный тест), ватт/кг	4	4,09	3,55	
		3	3,91	3,30	
		2	3,47	3,00	
		1	3,00	2,51	
		5	2:45	3:00	
		4	2:55	3:10	
		3	3:00	3:15	
	16 – 17 лет	Плавательная подготовка (200 м)	2	3:05	3:20
1			3:15	3:30	
5			3:20	3:45	
4			3:30	3:55	
3			3:35	4:00	
2			3:40	4:05	
1			3:50	4:15	
Беговая подготовка (1000 м)		5	4,81	4,17	
		4	4,50	3,88	
		3	4,19	3,50	
		2	3,77	3,21	
		1	3,05	2,55	
		5	2:30	2:45	
		4	2:40	2:55	
16 – 17 лет		Плавательная подготовка (200 м)	3	2:45	3:00
	2		2:50	3:05	
	1		3:00	3:15	
	5		3:05	3:35	
	4		3:15	3:45	
	Беговая подготовка (1000 м)				

		3	3:20	3:50
		2	3:25	3:55
		1	3:35	4:05
		5	3,6	3,0
		4	3,2	2,7
		3	2,7	2,4
		2	2,4	2,0
		1	2,2	1,7
	Велосипедная подготовка 20-ти минутный тест (пороговый тест), вагт/кг			

СПОРТИВНОЕ ЗВАНИЕ/РАЗРЯД (разряд в смежном виде спорта дает на 1 балл меньше, чем в дисциплинах триатлона)

Возраст, лет	Нормы	Балл	юноши	девушки
12 – 14 лет	Спортивный разряд	5	I	
		4	II	
		3	III	
		2	I юн.	
		1	II юн.	
15 – 17 лет	Спортивный разряд/звание	6	МС	
		5	КМС	
		4	I	
		3	II	
		2	III	
		1	I юн.	

СПОРТИВНЫЙ РЕЗУЛЬТАТ (при сравнении спортивных результатов, учитывается один лучший результат)

Ранг спортивных соревнований	Балл	Занятое место
Первенство Республики Беларусь (триатлон) юниоры, юниорки	5	1 – 8
	4	9 – 12
	3	13 – 18
	2	19 – 20
	1	21 – 22

Первенство Республики Беларусь (дуатлон) юниоры, юниорки	5	1-6
	4	7-10
	3	11-16
	2	17-18
	1	19-20
Первенство Республики Беларусь (акваглон) юниоры, юниорки	5	1-6
	4	7-10
	3	11-16
	2	17-18
	1	19-20
Первенство Республики Беларусь юноши, девушки	5	1-8
	4	9-12
	3	13-18
	2	19-20
	1	21-22
Олимпийские дни молодежи Республики Беларусь	5	1-6
	4	7-10
	3	11-16
	2	17-18
	1	19-20
Республиканские соревнования (триатлон) 14-17 лет	5	1
	4	2-3
	3	-
	2	-
	1	-
Республиканские соревнования (триатлон) 13 лет и моложе	5	1
	4	2-3
	3	-
	2	-
	1	-

III. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ

По итогам сдачи нормативов (ОФП, СФП) и предоставлении документов, подтверждающих спортивный результат (справка, копия протокола или др.) и спортивное звание (разряд), определяется очередность кандидатов для зачисления в училища олимпийского резерва.

В случае равенства набранных баллов несколькими испытуемыми, применяется шкала приоритетных показателей, оцениваемых при зачислении в училища олимпийского резерва.

Возраст	Приоритетность показателей	Показатель
12 – 13 лет	1	Показатель нормативов по ОФП
	2	Показатель нормативов по СФП
	3	Спортивный результат
	4	Спортивное разряд/звание
14 – 15 лет	1	Показатель нормативов по СФП
	2	Показатель нормативов по ОФП
	3	Спортивный результат
	4	Спортивное разряд/звание
16 – 17 лет	1	Спортивный результат
	2	Показатель нормативов по СФП
	3	Спортивное разряд/звание
	4	Показатель нормативов по ОФП