

Набор на 2023-2024 тренировочный год

Дополнительные образовательные программы спортивной подготовки по результатам вступительных испытаний:

Вид спорта	Место проведения занятий	Возраст поступающих	Ф.И.О. тренера
Баскетбол	п.Товарково	Мальчики 8-10лет	Павлова И.Ю.
Бокс	г. Кондрово	Мальчики, девочки 9-11лет	Лисенков П.А.
Волейбол	п. Пятовский	Мальчики, девочки 8-10лет	Машковцев А.В.
Мини-футбол	г. Кондрово	Девочки 7-10лет	Коротков К.В.
Легкая атлетика	г. Кондрово	Мальчики, девочки 9-11лет	Пошелюзный Д.Г.

Дополнительные общеразвивающие программы (СО)

Вид спорта	Место проведения занятий	Ф.И.О. тренера
Баскетбол	п.Товарково	Цепляева Е.Е., Павлова И.Ю.
	с. Дворцы	Чегарев С.В.
Борьба вольная	п.Товарково	Бедирханов Э.А. Тогоев Г.Г.
Волейбол	Жилетовская СОШ	Юрченко Н.И.
	Кондровская СОШ №1	Морозов Б.Г.
	Товарковская СОШ №2	Глявин Д.С.
Легкая атлетика	Карцовская ООШ	Пошелюзный Д.Г.
Футбол	Дворцовская ООШ	Чегарев С.В.
	Лев-Толстовская СОШ	Ульяночкин А.С.
	Жилетовская СОШ	Пикин В.Ю.
	Полотняно заводская СОШ №1	Чубаков Е.А.

Прием документов организован с 25 августа по 15 сентября 2023г.,

✓ Режим работы приемной комиссии:

- Ежедневно с 08.30-17.30 ч., выходной - суббота, воскресенье.

Адреса: п.Товарково, ул. Ленина, д.31; г. Кондрово, пр. Труда, д.10.

✓ Режим работы апелляционной комиссии:

- С 13 сентября, с 14.00-17.30 ч., выходной - суббота, воскресенье.

Адреса: п.Товарково, ул. Ленина, д.31; г. Кондрово, пр. Труда, д.10.

ПРОГРАММА ВСТУПИТЕЛЬНЫХ ИСПЫТАНИЙ
для зачисления на обучение по дополнительным образовательным программам
спортивной подготовки

БАСКЕТБОЛ

№ п/п	Упражнение	юноши
1	Челночный бег 3*10м (с)	10,3
2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	110
3	Прыжок вверх с места со взмахом руками (см)	20
4	Бег на 14м (с)	3,5

БОКС

№п/п	Упражнение	юноши
1	Бег на 60м (с)	10,9
2	Бег на 1500м (мин.с)	8,20
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	13
4	Подтягивание из виса на высокой перекладине	3
5	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	-
6	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см от уровня скамьи)	+3
7	Челночный бег 3x10м (с)	9,0
8	Метание мяча весом 150гр (м)	24
9	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	150

ВОЛЕЙБОЛ

№п/п	Упражнение	юноши	девушки
1	Бег на 30м (с)	6,9	7,1
2	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	110	105
3	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	7	4
4	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см от уровня скамьи)	+1	+3
5	Челночный бег 5x6м (с)	12,0	12,5
6	Бросок мяча массой 1кг из-за головы двумя руками, стоя (м)	8	6
7	Прыжок в высоту одновременным отталкиванием двумя ногами (см)	36	30

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

№п/п	Упражнение	юноши	девушки
1	Челночный бег 3*10м (с)	9,6	9,9
2	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	10	5
3	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	130	120
4	Прыжки через скакалку в течение 30с	25	30
5	Метание мяча весом 150г (м)	24	13
6	Наклоны вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см) от уровня скамьи	+2	+3
7	Бег (кросс) на 2км (бег по пересеченной местности) (мин)	Без учета времени	

ФУТБОЛ
спортивная дисциплина «мини-футбол(футзал)»

№п/п	Упражнение	юноши	девушки
1	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)	100	90
2	Челночный бег 5х6 м (с)	12,40	12,60
3	Бег с высокого старта 10м (с)	2,35	2,50