**Набор на 2025-2026 учебно-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 с 8 лет | Павлова И.Ю. |
| Бокс  | п.Товарково | Мальчики, девочки с 9 лет | Якубов Р.А. |
| г.Кондрово | Мальчики, девочки с 9 лет | Лисенков П.А. |
| Легкая атлетика | г.Кондрово | Мальчики, девочки с 9 лет | Пошелюзный Д.Г. |
| Футбол | п.Полотняный завод | Мальчики с 7 лет | Чубаков Е.А. |
| г.Кондрово | Девочки с 9 лет | Коротков К.В. |

**Дополнительные общеразвивающие программы (СО)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид спорта | Место проведения занятий | Ф.И.О. тренера |
| Баскетбол | с.Дворцы | Чегарев С.В. |
| Бокс  | п.Товарково | Якубов Р.А. |
| Вольная борьба | п.Товарково | Тогоев Г.Г.Бедирханов Э.А. |
| Волейбол | п.Товарково | Глявин Д.С. |
| д.Жилетово | Юрченко Н.И. |
| г.Кондрово | Морозов Б.Г. |
| Футбол | п.Полотняный завод | Чубаков Е.А. |
| г.Кондрово | Коротков К.В. |
| с.Дворцы | Чегарев С.В. |
| с.Льва Толстого | Ульяночкин А.С. |
| д.Жилетово | Пикин В.Ю. |

**Прием документов организован с 18.08.2025г. по 12.09.2025г.,**

✓ 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 9 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**

В 2025-2026 учебном году

для зачисления на обучение по дополнительным образовательным программам спортивной подготовки по видам спорта на этап начальный подготовки первого года обучения

**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** *9-10л (11-12)* | **юноши** |
| 1 | Бег на 30 (60м) (с) | 6,2 (10,9) |
| 2 | Бег на 1000 (1500м) (мин.с) | 6,10 (8,20) |
| **3** | Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу | 10 (13) |
| **4** | Подтягивание из виса на высокой перекладине | (3) |
| **5** | Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (см от уровня скамьи) | +2 (+3) |
| **6** | Челночный бег 3х10м (с) | 9,6 (9,0) |
| **7** | Метание мяча весом 150гр (м) | 19 (24) |
| **8** | Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 130 (150) |

**ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА**

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

**ФУТБОЛ**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **№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 |