

УТВЕРЖДАЮ  
Министр спорта и туризма  
Республики Беларусь  
С.М.Ковальчук  
« 1 » 04 2021



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

СОГЛАСОВАНО  
Общественное  
объединение  
«Белорусская федерация  
гребли»  
С.В.Храмков  
« 1 » 04 2021



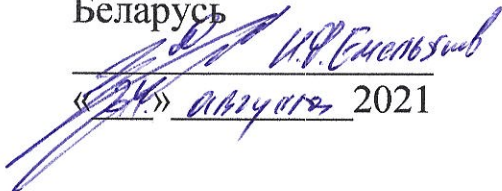
СОГЛАСОВАНО  
Заместитель Министра  
спорта и туризма  
Республики Беларусь  
А.И.Барауля  
« 1 » 04 2021



СОГЛАСОВАНО  
Учреждение образования  
«Республиканское  
государственное  
училище олимпийского  
резерва»  
А.В.Власюк  
« 1 » 04 2021



СОГЛАСОВАНО  
Управление спорта  
Министерства спорта и  
туризма Республики  
Беларусь  
И.В.Бичельский  
« 1 » 04 2021



СОГЛАСОВАНО  
Учреждение  
«Республиканский центр  
олимпийской подготовки  
по гребным видам  
спорта»  
С.П.Ковалев  
« 1 » 04 2021



Минск, 2021

## *КРИТЕРИИ КАНДИДАТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В СРЕДНИЕ ШКОЛЫ – УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ГРЕБЛЕ АКАДЕМИЧЕСКОЙ*

Комплектование отделения гребли академической в средних школах - училищах олимпийского резерва (далее УОР) – это отбор и закрепление в рамках специализированной системы, позволяющей сочетать занятия спортом и получение образования, перспективных спортсменов, предрасположенных к функциональному росту, конкурентоспособной динамике индивидуальных результатов, способных стать участниками крупных юниорских и молодежных международных соревнований, быть резервом национальной команды.

Отбор спортсменов – это определение группы кандидатов на зачисление в УОР на основе результатов их участия в соревнованиях и сдачи тестов по общей физической подготовленности, с определяемой данными Критериями приоритетностью этих результатов.

Основным документом при комплектовании отделения гребли академической в УОР является Постановление Министерства спорта и туризма Республики Беларусь и Министерства образования Республики Беларусь от 11 июля 2014 года № 21/100.

Параметры оценки кандидатов на зачисление в УОР по результатам спортивных соревнований определены в Приложении 1 к настоящим Критериям. В первоочередном порядке зачисляются спортсмены, набравшие наибольшее количество баллов по специальной физической подготовленности.

Спортсмены, не выполнившие ни одного из перечисленных в Приложении 1 к настоящим Критериям условий, но, в соответствии с пунктом 10 инструкции о порядке приема лиц для получения общего среднего образования в средних школах – училищах олимпийского резерва, сроках, порядке и особенностях проведения отбора лиц, способных достичь высоких результатов в отдельном виде спорта, и установлении перечня документов, подаваемых дополнительно в приемную комиссию средних школ – училищ олимпийского резерва лицами, принимающими участие в отборе для получения общего среднего образования в этих учреждениях (далее – Инструкция), являющихся перспективными в гребле академической по антропометрическим и морфофункциональным параметрам, подтвержденным результатами прохождения углубленного медицинского обследования, сдают вступительные испытания – тесты по общей физической подготовленности, установленные в Приложении 2 к настоящим Критериям, позволяющие определить уровень подготовленности и перспективности спортсмена относительно специфики вида спорта.

По окончании сдачи тестов суммируются баллы, полученные при сдаче каждой дисциплины, и составляется общий рейтинг кандидатов на зачисление, принимая во внимание первоочередность результатов, показанных на соревнованиях.

В случае высвобождения мест учащимися отделения по гребле академической в начале или в течение учебного года, право быть рекомендованным на зачисление получает спортсмен, стоящий следующим за уже поступившими в общем рейтинге результатов, показанных всеми спортсменами.

Быть рекомендованным к зачислению на текущий учебный год не имеет право спортсмен, не находящийся в рейтинге результатов по итогам сезона или имеющий результат и, соответственно, рейтинг ниже, чем у других спортсменов, также не попавших в первоначальную группу поступивших.

Это правило распространяется и на спортсменов кандидатов, проходящих стажировку – не имея результат, дающий право на очередное поступление, данный спортсмен не имеет право быть зачислен в УОР на постоянную основу обучения в текущем учебном году, за исключением случаев неучастия в соревнованиях по уважительным причинам (травма, заболевание и др.).

В целях качественного отбора талантливых спортсменов, предусматривается, в виде исключения, зачисление одаренных атлетов, не имеющих стажа занятия греблей академической.

Такие спортсмены должны обладать хорошими антропометрическими параметрами, необходимой специфической пластикой движений и координацией. Кандидаты этой категории проходят углубленное медицинское обследование в одном из следующих учреждений: НИИ БГУФК, ГУ РНПЦ спорта, УЗ ОДСМ, другие учреждения здравоохранения, по окончании которого дается прогнозное заключение о перспективности каждого спортсмена. В случае положительного заключения абитуриент, в присутствии приемной комиссии, сдает тесты по общей физической подготовленности, установленные в Приложении 2 к настоящим Критериям.

Критерии подлежат пересмотру в случаях:

внесения изменений в соответствующую нормативно-законодательную базу Республики Беларусь, регулиующую деятельность УОР;

несоответствия требований Критериев поставленным задачам, изменения условий проведения соревновательной деятельности и т.п.;

прочих случаях объективного порядка.

Оценка специальной физической подготовленности  
(по техническим результатам соревнований)

| Оценка<br>в<br>баллах            | Наименование соревнований   | Занятое<br>место | Вид<br>программы  |
|----------------------------------|---|------------------|---|
| 30<br>29<br>28<br>27<br>26<br>25 | Чемпионат РБ<br>Кубок РБ<br>Первенство РБ среди молодежи<br>Первенство РБ среди юниоров<br>Республиканские отборочные соревнования<br>"Весенние грачи"<br>Олимпийские дни молодежи в год,<br>предшествующий году зачисления в УОР | 1                | все виды<br>программы<br>при участии<br>не менее 6<br>лодок |
| 24<br>23<br>22<br>21<br>20<br>19 | Чемпионат РБ<br>Кубок РБ<br>Первенство РБ среди молодежи<br>Первенство РБ среди юниоров<br>Республиканские отборочные соревнования<br>"Весенние грачи"<br>Олимпийские дни молодежи в год,<br>предшествующий году зачисления в УОР | 2-3              | 1х, 2-, 2х  |
| 18                               | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1500м   | 1                | 1х, 2х  |
| 17                               | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1500м   | 2                | 1х, 2х  |
| 16                               | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1500м   | 3                | 1х  |
| 15                               | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1500м   | 3                | 2х  |
| 14                               | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1500м   | 1                | 4х  |
| 13                               | Чемпионат РБ<br>Кубок РБ<br>Первенство РБ среди молодежи<br>Первенство РБ среди юниоров<br>Олимпийские дни молодежи в год,<br>предшествующий году зачисления в УОР  | 2                | 4х, 4-  |
| 12                               | Чемпионат РБ<br>Кубок РБ<br>Первенство РБ среди молодежи<br>Первенство РБ среди юниоров<br>Олимпийские дни молодежи в год,<br>предшествующий году зачисления в УОР  | 3                | 4х, 4-  |

|    |   |            |                         |
|----|---|------------|-------------------------|
| 11 | Чемпионат РБ<br>Кубок РБ<br>Первенство РБ среди молодежи<br>Первенство РБ среди юниоров<br>Республиканские отборочные соревнования<br>"Весенние грачи"<br>Олимпийские дни молодежи в год,<br>предшествующий году зачисления в УОР | 4-6        | 1х, 2-, 2х              |
| 10 | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1000м   | 1          | 1х, 2х                  |
| 9  | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1500м   | 2-3        | 4х                      |
| 8  | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1000м   | 2          | 1х, 2х                  |
| 7  | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1000м   | 3          | 1х                      |
| 6  | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1000м   | 3          | 2х                      |
| 5  | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1000м   | 1          | 4х                      |
| 4  | Чемпионат РБ<br>Кубок РБ<br>Первенство РБ среди молодежи<br>Первенство РБ среди юниоров<br>Республиканские отборочные соревнования<br>"Весенние грачи"<br>Олимпийские дни молодежи в год,<br>предшествующий году зачисления в УОР | 7-9        | 1х, 2-, 2х              |
| 3  | Республиканская спартакиада ДЮСШ<br>1000м   | 2-3        | 4х                      |
| 2  | Первенство областей и г.Минска<br>при условии успешной сдачи тестов по<br>общей физической подготовленности   | 1-6<br>1-3 | 1х<br>2-                |
| 1  | Первенство Республики Беларусь на<br>гребных тренажерах в помещении при<br>условии успешной сдачи тестов по общей<br>физической подготовленности  | 1-8        | 2000м<br>1500м<br>1000м |

## Нормативы по общей физической подготовленности (бег, прыжки в длину, тяга штанги руками)

Нормативы тестов по общей физической подготовленности и оценка результата их сдачи определяется возрастом спортсмена. Возраст исчисляется путем вычитания года рождения спортсмена от года проведения сдачи тестов.

### Методика тестирования

Бег 1000м, 1500м, 2000м, 3000м (в зависимости от возраста спортсмена) с высокого старта проводится на дорожке стадиона, или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. Количество участников забега определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу. Оцениваемый результат в баллах – это время пробега возрастной дистанции от старта до финиша.

### Прыжки в длину – 5 (пять)

Спортсмен становится на линию старта, ноги на ширине плеч. Без разбега, толчком обеих ног прыгает вперед на дальность, выполняя последовательно пять прыжков. Точкой завершения каждого прыжка и началом следующего является ближняя к линии старта точка касания пятками ног пола при приземлении. В случае касания любой частью тела поверхности пола при приземлении, точкой приземления (стартовой позицией для выполнения следующего прыжка) является ближайшая к начальной стартовой позиции точка касания любой частью тела поверхности пола. Прыжки выполняются непрерывно, не допускается остановка между прыжками более двух секунд. Расстояние от линии старта до линии касания пяток после пятого прыжка является оцениваемым в баллах результатом. Каждый спортсмен выполняет 3 попытки. Окончательный результат определяется по одной лучшей попытке (с наибольшей дальностью).

### Тяга штанги руками – максимальная сила

В исходном положении спортсмен лежит на груди на горизонтальной доске, установленной над уровнем пола на высоте, позволяющей спортсмену держать гриф штанги, лежащей на помосте прямыми руками хватом сверху. Прямые ноги лежат на доске и удерживаются зажимным ремнем, или партнером. Допускается обхват доски стопами. Не допускается обхват доски голенью. Тяга выполняется одновременным сгибанием рук до касания грифом поверхности

горизонтальной доски на уровне груди спортсмена. При возвратном движении (разгибание рук) штанга должна коснуться основания помоста. Допускается разгибание спины при выполнении сгибания рук. Начальный вес штанги определяется спортсменом. Вес засчитывается при звуковом (зрительном) касании грифом штанги доски. На поднятие каждого веса предоставляется 3 попытки. В случае трех подряд неудачных попыток выполнение упражнения прекращается. Окончательный результат определяется по наибольшему весу, поднятому спортсменом.

Тяга штанги руками – силовая выносливость

Время выполнения упражнения и вес штанги определяется возрастом и полом спортсмена.

В исходном положении спортсмен лежит на груди на горизонтальной доске, установленной над уровнем пола на высоте, позволяющей спортсмену держать гриф штанги, лежащей на помосте прямыми руками хватом сверху. Прямые ноги лежат на доске и удерживаются зажимным ремнем, или гартнером. Допускается обхват доски стопами. Не допускается обхват доски голенью. Тяга выполняется одновременным сгибанием рук до касания грифом поверхности горизонтальной доски на уровне груди спортсмена. Допускается разгибание спины при выполнении сгибания рук. При возвратном движении (разгибание рук) штанга должна коснуться основания помоста. Окончательный результат определяется количеством выполненных правильных движений в установленный промежуток времени, при которых зафиксировано касание грифом штанги доски. На выполнение упражнения предоставляется одна попытка.

#### Нормативные шкалы оценки общей физической подготовленности юношей в гребле академической

| Возраст<br>(лет) | Оценка в баллах |            |             |             |         |
|------------------|-----------------|------------|-------------|-------------|---------|
|                  | 5               | 4          | 3           | 2           | 1       |
| Бег 1000м, мин.  |                 |            |             |             |         |
| 14               | ≤ 3,10          | 3,11-3,19  | 3,20-3,28   | 3,29-3,37   | ≥ 3,38  |
| Бег 1500м, мин.  |                 |            |             |             |         |
| 15               | ≤ 5,05          | 5,06-5,20  | 5,21-5,35   | 5,36-5,50   | ≥ 5,51  |
| Бег 2000м, мин.  |                 |            |             |             |         |
| 16               | ≤ 6,40          | 6,41-7,01  | 7,02-7,22   | 7,23-7,43   | ≥ 7,44  |
| Бег 3000м, мин.  |                 |            |             |             |         |
| 17-18            | ≤ 10,30         | 10,31-11,0 | 11,01-11,30 | 11,31-12,00 | ≥ 12,01 |

| Прыжки в длину – 5 (пять), м                                     |         |             |             |             |         |
|--|---------|-------------|-------------|-------------|---------|
| 14   | ≥ 12,70 | 12,69-12,10 | 12,09-11,50 | 11,49-10,90 | ≤ 10,89 |
| 15   | ≥ 13,20 | 13,19-12,60 | 12,59-12,00 | 11,99-11,40 | ≤ 11,39 |
| 16   | ≥ 13,70 | 13,69-13,10 | 13,09-12,50 | 12,49-11,90 | ≤ 11,89 |
| 17   | ≥ 14,20 | 14,19-13,60 | 13,59-13,00 | 12,99-12,40 | ≤ 12,39 |
| 18   | ≥ 14,70 | 14,69-14,10 | 14,09-13,50 | 13,49-12,90 | ≤ 12,89 |
| Тяга штанги руками – максимальная сила, кг                       |         |             |             |             |         |
| 14   | 65,0    | 62,5        | 60,0        | 57,5        | 55,0    |
| 15   | 75,0    | 72,5        | 70,0        | 67,5        | 65,0    |
| 16   | 85,0    | 82,5        | 80,0        | 77,5        | 75,0    |
| 17   | 95,0    | 92,5        | 90,0        | 87,5        | 85,0    |
| 18   | 105,0   | 102,5       | 100,0       | 97,5        | 95,0    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 3 мин. 30 кг, к-во раз |         |             |             |             |         |
| 14   | ≥ 90    | 89-81       | 80-72       | 71-60       | ≤ 59    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 3 мин. 35 кг, к-во раз |         |             |             |             |         |
| 15   | ≥ 90    | 89-81       | 80-72       | 71-60       | ≤ 59    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 4 мин. 35 кг, к-во раз |         |             |             |             |         |
| 16   | ≥ 120   | 119-111     | 110-102     | 101-90      | ≤ 89    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 6 мин. 45 кг, к-во раз |         |             |             |             |         |
| 17   | ≥ 160   | 159-151     | 150-142     | 141-130     | ≤ 129   |
| 18   | ≥ 180   | 179-171     | 170-162     | 161-150     | ≤ 149   |

Нормативные шкалы оценки общей физической подготовленности  
девушек в гребле академической

| Возраст<br>(лет)             | Оценка в баллах |             |             |             |         |
|------------------------------|-----------------|-------------|-------------|-------------|---------|
|                              | 5               | 4           | 3           | 2           | 1       |
| Бег 1000м, мин.              |                 |             |             |             |         |
| 14                           | ≤ 3,50          | 3,51-4,05   | 4,06-4,20   | 4,21-4,35   | ≥ 4,36  |
| Бег 1500м, мин.              |                 |             |             |             |         |
| 15                           | ≤ 6,05          | 6,06-6,29   | 6,30-6,53   | 6,54-7,17   | ≥ 7,18  |
| Бег 2000м, мин.              |                 |             |             |             |         |
| 16                           | ≤ 8,00          | 8,01-8,30   | 8,31-9,00   | 9,01-9,30   | ≥ 9,31  |
| Бег 3000м, мин.              |                 |             |             |             |         |
| 17-18                        | ≤ 12,40         | 12,41-13,19 | 13,20-13,58 | 13,59-14,37 | ≥ 14,38 |
| Прыжки в длину – 5 (пять), м |                 |             |             |             |         |
| 14                           | ≥ 11,00         | 10,99-10,40 | 10,39-9,80  | 9,79-9,20   | ≤ 9,19  |
| 15                           | ≥ 11,50         | 11,49-10,90 | 10,89-10,30 | 10,29-9,70  | ≤ 9,69  |



|  |              |             |             |             |              |
|--|--------------|-------------|-------------|-------------|--------------|
| 16   | $\geq 12,00$ | 11,99-11,40 | 11,39-10,80 | 10,79-10,20 | $\leq 10,19$ |
| 17   | $\geq 12,50$ | 12,49-11,90 | 11,89-11,30 | 11,29-10,70 | $\leq 10,69$ |
| 18   | $\geq 13,00$ | 12,99-12,40 | 12,39-11,80 | 11,79-11,20 | $\leq 11,19$ |
| Тяга штанги руками – максимальная сила, кг                       |              |             |             |             |              |
| 14   | 50,00        | 47,5        | 45,00       | 42,5        | 40,0         |
| 15   | 55,0         | 52,5        | 50,0        | 47,5        | 45,0         |
| 16   | 60,0         | 57,5        | 55,0        | 52,5        | 50,0         |
| 17   | 65,0         | 62,5        | 60,0        | 57,5        | 55,0         |
| 18   | 70,0         | 67,5        | 65,0        | 62,5        | 60,0         |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 2 мин. 25 кг, к-во раз |              |             |             |             |              |
| 14   | $\geq 70$    | 69-61       | 60-52       | 51-43       | $\leq 42$    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 3 мин. 30 кг, к-во раз |              |             |             |             |              |
| 15   | $\geq 90$    | 89-81       | 80-72       | 71-63       | $\leq 62$    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 4 мин. 30 кг, к-во раз |              |             |             |             |              |
| 16   | $\geq 110$   | 109-101     | 100-92      | 91-83       | $\leq 82$    |
| Тяга штанги руками – силовая выносливость 6 мин. 35 кг, к-во раз |              |             |             |             |              |
| 17   | $\geq 160$   | 159-151     | 150-142     | 141-133     | $\leq 132$   |
| 18   | $\geq 180$   | 179-171     | 170-162     | 161-153     | $\leq 152$   |

**Шкала оценки антропометрических параметров юношей  
в гребле академической**

| Параметры      | Оценка в баллах |         |         |         |       |
|----------------|-----------------|---------|---------|---------|-------|
|                | 5               | 4       | 3       | 2       | 1     |
| 14 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 181           | 178-180 | 174-177 | 170-173 | ≤ 169 |
| Масса тела, кг | ≥ 73            | 68-72   | 55-67   | 50-54   | ≤ 50  |
| 15 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 187           | 184-186 | 180-183 | 175-179 | ≤ 174 |
| Масса тела, кг | ≥ 85            | 80-84   | 75-79   | 69-74   | ≤ 68  |
| 16 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 189           | 186-188 | 183-185 | 180-182 | ≤ 179 |
| Масса тела, кг | ≥ 87            | 83-86   | 78-82   | 74-77   | ≤ 73  |
| 17 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 191           | 187-190 | 184-186 | 180-183 | ≤ 179 |
| Масса тела, кг | ≥ 90            | 85-90   | 79-84   | 75-78   | ≤ 74  |
| 18 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 195           | 193-194 | 190-192 | 185-189 | ≤ 184 |
| Масса тела, кг | ≥ 93            | 87-92   | 82-86   | 78-81   | ≤ 77  |

**Шкала оценки антропометрических параметров девушек  
в гребле академической**

| Параметры      | Оценка в баллах |         |         |         |       |
|----------------|-----------------|---------|---------|---------|-------|
|                | 5               | 4       | 3       | 2       | 1     |
| 14 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 178           | 174-177 | 170-173 | 167-169 | ≤ 166 |
| Масса тела, кг | ≥ 75            | 66-74   | 58-65   | 52-57   | ≤ 51  |
| 15 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 181           | 178-180 | 174-177 | 171-173 | ≤ 170 |
| Масса тела, кг | ≥ 76            | 67-75   | 61-66   | 57-60   | ≤ 56  |
| 16 лет         |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 182           | 180-181 | 175-179 | 172-174 | ≤ 171 |
| Масса тела, кг | ≥ 78            | 71-77   | 65-70   | 60-64   | ≤ 59  |
| 17-18 лет      |                 |         |         |         |       |
| Длина тела, см | ≥ 183           | 181-182 | 177-180 | 174-176 | ≤ 173 |
| Масса тела, кг | ≥ 80            | 73-79   | 67-72   | 62-66   | ≤ 61  |