

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 самбо

СОГЛАСОВАНО  
Общественное  
объединение  
«Белорусская федерация  
самбо»  
А.А.Кобрусь  
« » 2021

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

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

СОГЛАСОВАНО  
Управление спорта  
Министерства спорта  
и туризма Республики  
Беларусь

СОГЛАСОВАНО  
Государственное  
учреждение  
«Республиканский центр олимпийской  
подготовки «Тайки»  
С.В.Хмельков  
« 2 » 04 2021

Минск, 2021

**КРИТЕРИИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В  
СРЕДНИЕ ШКОЛЫ – УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА  
ПО САМБО**

**1. Спортивный результат**

Возраст, лет	Класс	Спортивный результат (текущий), предшествующий за год до зачисления, рейтинг (республиканский)
13 – 14 лет	7 – 8 класс	Первенство города (1 – 3 место); Первенство области (1 – 3 место); *международные и республиканские турниры;
14 – 15 лет	8 – 9 класс	Спартакиада ДЮСШ (1 – 5 место); Первенство Республики Беларусь памяти Д.Сыроковаша (1 – 5 место); Первенство области (1 – 3 место); *международные и республиканские турниры;
15 – 16 лет	9 – 10 класс	Спартакиада ДЮСШ (1 – 5 место); Первенство Республики Беларусь (1 – 5 место); Первенство города и области (1 – 2 место); *международные и республиканские турниры;
15 – 17 лет	10 – 11 класс	Чемпионат Европы, чемпионат Мира среди кадетов (1 – 5 место); Спартакиада ДЮСШ (1 – 3 место); Первенство Республики Беларусь (юноши) (1 – 5 место); Первенство города и области (1 – 2 место); *международные и республиканские турниры;
17 – 18 лет	11 кл.–1 курс	Первенство Республики Беларусь (юноши) (1 – 5 место); Первенство Республики Беларусь (юниоры) (1 – 5 место); Первенство города и области (1 – 2 место); *международные и республиканские турниры;

17 – 20 лет	1 – 2 курс	Чемпионат Республики Беларусь (1 – 5 место); Чемпионат Мира, чемпионат Европы (юноши, юниоры) (1 – 5 место); Кубок Республики Беларусь (1 – 5 место); Первенство Республики Беларусь (юноши) (1 – 3 место); Первенство Республики Беларусь (юниоры) (1 – 5 место); Первенство города и области (1 – 2 место);
-------------	------------	--

\*1 – 3 место на международных и республиканских соревнованиях, включенных в республиканский календарный план Министерства спорта и туризма, за текущий и предшествующий год;

2. Контрольные нормативы по ОФП и СФП, утвержденные учебной программой для специализированных учебно-спортивных учреждений и средних школ – училищ олимпийского резерва

Сводная таблица примерных контрольных нормативов по ОФП, применяемых при отборе кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 13 – 14 лет, 14 – 15 лет, 15 – 16 лет (мужчины)

Контрольные нормативы	Баллы	Учебно-тренировочные группы		
		7 класс	8 класс	9 класс
Бег 60 м с высокого старта, с.	5	8,60 и лучше	8,50 и лучше	8,40 и лучше
	4	8,61 – 8,90	8,51 – 8,80	8,41 – 8,70
	3	8,91 – 9,20	8,81 – 9,10	8,71 – 9,00
	2	9,21 – 9,50	9,11 – 9,40	9,01 – 9,30
	1	9,51 и хуже	9,41 и хуже	9,31 и хуже
Бег 1000 м, в мин.	5	4,20 и лучше	4,10 и лучше	4,00 и лучше
	4	4,21 – 4,30	4,11 – 4,20	4,01 – 4,10
	3	4,31 – 4,40	4,21 – 4,30	4,11 – 4,20
	2	4,41 – 4,50	4,31 – 4,40	4,21 – 4,30
	1	4,51 и хуже	4,41 и хуже	4,31 и хуже
Прыжок в длину с места, см	5	190 и лучше	200 и лучше	210 и лучше
	4	180 – 189	190 – 199	200 – 209
	3	170 – 179	180 – 189	190 – 199
	2	160 – 169	170 – 179	180 – 189

Подтягивание на перекладине, количество раз	1	159 и хуже	169 и хуже	179 и хуже
	5	15 и лучше	17 и лучше	19 и лучше
	4	11 – 14	13 – 16	15 – 18
	3	7 – 10	9 – 12	11 – 14
	2	3 – 6	5 – 8	7 – 10
	1	2 и хуже	4 и хуже	6 и хуже
Челночный бег, мин.	5	10,10 и лучше	9,80 и лучше	9,50 и лучше
	4	10,11 – 10,40	9,81 – 10,10	9,51 – 9,80
	3	10,41 – 10,70	10,11 – 10,40	9,81 – 10,10
	2	10,71 – 11,00	10,41 – 10,70	10,11 – 10,40
	1	11,01 и хуже	10,71 и хуже	10,41 и хуже

Сводная таблица примерных контрольных нормативов СФП, применяемых при отборе кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 13 – 14 лет, 14 – 15 лет, 15 – 16 лет (мужчины)

Контрольные нормативы	Баллы	Учебно-тренировочные группы		
		7 класс	8 класс	9 класс
Забегание на мосту вокруг головы на время 5 раз вправо, 5 раз влево, с.	5	25,00 и лучше	24,00 и лучше	23,00 и лучше
	4	25,01 – 22,00	24,01 – 27,00	23,01 – 26,00
	3	28,01 – 28,00	27,01 – 30,00	26,01 – 29,00
	2	31,01 – 31,00	30,01 – 33,00	29,01 – 32,00
	1	34,01 и хуже	33,01 и хуже	32,01 и хуже
10 кувыркв в обе стороны через стоящего в партере партнера, с.	5	19,00 и лучше	18,00 и лучше	17,00 и хуже
	4	19,01 – 21,00	18,01 – 20,00	17,01 – 19,00
	3	21,01 – 23,00	20,01 – 22,00	19,01 – 21,00
	2	23,01 – 25,00	22,01 – 24,00	21,01 – 23,00
	1	25,01 и хуже	24,01 и хуже	23,01 и хуже

Броски на скорость в обе стороны за 20 с., количество раз	5	10 и лучше	10 и лучше	10 и лучше
	4	9	9	10
	3	8	8	9
	2	7	7	8
	1	6 и хуже	6 и хуже	7 и хуже

Сводная таблица примерных контрольных нормативов ОФП для девушек, применяемых при отборе кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 13 – 14 лет, 14 – 15 лет, 15 – 16 лет (женщины)

Контрольные	Баллы	Учебно-тренировочные группы			
		7 класс	8 класс	9 класс	9 класс
Бег 60м с высокого старта, с.	2	9.60 и лучше	9.50 и лучше	9.40 и лучше	9.40 и лучше
	5	9.61 – 9.90	9.51 – 9.80	9.41 – 9.70	9.41 – 9.70
	4	9.91 – 10.20	9.81 – 10.10	9.71 – 10.00	9.71 – 10.00
	3	10.21 – 10.50	10.11 – 10.40	10.01 – 10.30	10.01 – 10.30
	2	10.51 и хуже	10.41 и хуже	10.31 и хуже	10.31 и хуже
Бег 1000 м, в мин.	5	4.50 и лучше	4.40 и лучше	4.30 и лучше	4.30 и лучше
	4	4.51 – 5.10	4.41 – 5.00	4.31 – 4.50	4.31 – 4.50
	3	5.11 – 5.30	5.01 – 5.20	4.51 – 5.10	4.51 – 5.10
	2	5.31 – 5.50	5.21 – 5.40	5.11 – 5.30	5.11 – 5.30
	1	5.51 и хуже	5.41 и хуже	5.31 и хуже	5.31 и хуже
Прыжок в длину с места, см	5	180 и лучше	190 и лучше	200 и лучше	200 и лучше
	4	170 – 179	180 – 189	190 – 199	190 – 199
	3	160 – 169	170 – 179	180 – 189	180 – 189
	2	150 – 159	160 – 169	170 – 179	170 – 179
	1	149 и хуже	159 и хуже	169 и хуже	169 и хуже
Сгибание разгибание рук в упоре лежа*	5	33 и лучше	36 и лучше	39 и лучше	39 и лучше
	4	29 – 32	32 – 35	35 – 38	35 – 38
	3	25 – 28	28 – 31	31 – 34	31 – 34
	2	21 – 24	24 – 27	27 – 30	27 – 30
	1	20 и хуже	23 и хуже	26 и хуже	26 и хуже

Челночный бег, мин.	5	13,00 и лучше	12,00 и лучше	11,00 и лучше
	4	13,01 – 14,00	12,01 – 13,00	11,01 – 12,00
	3	14,01 – 15,00	13,01 – 14,00	12,01 – 13,00
	2	15,01 – 16,00	14,01 – 15,00	13,01 – 14,00
	1	16,01 и хуже	15,01 и хуже	14,01 и хуже

Сводная таблица примерных контрольных нормативов СФП для девушек, применяемых при отборе кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 13 – 14 лет, 14 – 15 лет, 15 – 16 лет (женщины)

Контрольные нормативы	Баллы	Учебно-тренировочные группы		
		7 класс	8 класс	9 класс
Забегание на мосту вокруг головы на время 5 раз вправо, 5 раз влево, с.	5	38,00 и лучше	36,00 и лучше	33,00 и лучше
	4	38,01 – 40,00	36,01 – 38,00	33,01 – 35,00
	3	40,01 – 42,00	38,01 – 40,00	35,01 – 37,00
	2	42,01 – 44,00	40,01 – 42,00	37,01 – 39,00
	1	44,01 и хуже	42,01 и хуже	39,01 и хуже
10 кувырков в обе стороны через стоящего в партере партнера, с.	5	21,00 и лучше	20,00 и лучше	19,00 и лучше
	4	21,01 – 23,00	20,01 – 22,00	19,01 – 21,00
	3	23,01 – 25,00	22,01 – 24,00	21,01 – 23,00
	2	25,01 – 27,00	24,01 – 26,00	23,01 – 25,00
	1	27,01 и хуже	26,01 и хуже	25,01 и хуже
Броски на скорость в обе стороны за 20 с, количество раз	5	9 и лучше	9 и лучше	9 и лучше
	4	9	9	10
	3	8	8	9
	2	7	7	8
	1	6 и хуже	6 и хуже	7 и хуже

Сводная таблица контрольных нормативов по ОФЦ, применяемых при отборе кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 10 – 11 класса (15 – 17 лет), 1 – 2 курса (17 – 20 лет) (мужчины)

Контрольные упражнения	Учебно-тренировочные группы		
	10 класс	11 класс	1 – 2 курс
Бег 60 м с высокого с высокого старта	5	8,20 и лучше	8,1 и лучше
	4	8,21 – 8,50	8,11 – 8,40
	3	8,51 – 8,80	8,41 – 8,70
	2	8,81 – 9,10	8,71 – 9,00
	1	9,11 и хуже	9,01 и хуже
Бег 1500 м, мин.	5	5 – 30 и лучше	5,20 и лучше
	4	5,31 – 5,40	5,21 – 5,30
	3	5,41 – 5,50	5,31 – 5,40
	2	5,51 – 6,00	5,41 – 5,50
	1	6,01 и хуже	5,51 и хуже
Прыжок в длину с места	5	230 и лучше	240 и лучше
	4	220 – 229	230 – 239
	3	210 – 219	220 – 229
	2	200 – 209	210 – 219
	1	199 и хуже	209 и хуже
Жим штанги лежа, в % от собственного веса*	5	130	130 и лучше
	4	115	115
	3	100	100
	2	90	90
	1	80 и хуже	80 и хуже
Подтягивание на перекладине	5	23 и лучше	25 и лучше
	4	19 – 22	21 – 24
	3	15 – 18	17 – 20
			80 и хуже
			28 и лучше
		23 – 27	
		18 – 22	

2	11 – 14	13 – 16	13 – 17
1	10 и хуже	12 и хуже	12 и хуже
* проявление силы в % от собственного веса, является показателем максимальной силы мышц рук.			

Контрольные нормативные требования по СФП, применяемые при отборе кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 10 – 11 класса (15 – 17 лет), 1 – 2 курса (17 – 20 лет) (мужчины)

Контрольные нормативы	Баллы	Группы спортивного совершенствования		
		10 класс	11 класс	1 – 2 курс
10 кувырков в обе стороны через стоящего в партере партнера, с.	5	15,00 и лучше	14,00 и лучше	13,00 и лучше
	4	15,01 – 17,00	14,01 – 16,00	13,01 – 15,00
	3	17,01 – 19,00	16,01 – 18,00	15,01 – 17,00
	2	19,01 – 21,00	18,01 – 20,00	17,01 – 19,00
	1	21,01 и хуже	20,01 и хуже	19,01 и хуже
Броски на скорость в обе стороны за 20 с, количество раз	5	10 и лучше	11 и лучше	11 и лучше
	4	9	9	10
	3	8	8	9
	2	7	7	8
	1	6 и хуже	6 и хуже	7 и хуже
Броски манекена прогибом на скорость, 5 бросков, с.	5	18,00 и лучше	16,00 и лучше	14,00 и лучше
	4	18,01 – 21,00	16,01 – 19,00	14,0 – 17,00
	3	21,01 – 24,00	19,01 – 21,00	17,01 – 20,00
	2	24,01 – 27,00	21,01 – 24,00	20,01 – 23,00
	1	27,01 и хуже	24,01 и хуже	23,01 и хуже



Сводная таблица контрольных нормативов по ОФП, применяемая при отборе кандидатов для зачисления на отделение самбо, спортсменов возрастной группы 10 – 11 класса (15 – 17 лет), 1 – 2 курса (17 – 20 лет), (женщины)

Контрольные нормативы	Баллы	Учебно-тренировочные группы	
		10 класс	11 класс
Бег 60 м с высокого старта, с.	5	9.20 и лучше	9.10 и лучше
	4	9.21 – 9.50	9.11 – 9.40
	3	9.51 – 9.80	9.41 – 9.70
	2	9.81 – 10.10	9.71 – 10.00
	1	10.11 и хуже	10.01 и хуже
Бег 1500 м, мин.	5	6.30 и лучше	6.20 и лучше
	4	6.31 – 6.50	6.21 – 6.40
	3	6.51 – 7.10	6.41 – 7.00
	2	7.11 – 7.30	7.01 – 7.20
	1	7.31 и хуже	7.21 и хуже
Прыжок в длину с места, см	5	220 и лучше	225 и лучше
	4	210 – 219	215 – 224
	3	200 – 209	205 – 214
	2	190 – 199	195 – 204
	1	189 и хуже	194 и хуже
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, количество раз	5	45 и лучше	47 и лучше
	4	41 – 44	43 – 46
	3	37 – 40	39 – 42
	2	33 – 36	35 – 38
	1	32 и хуже	34 и хуже
Жим штанги лежа, в %	5	85 и лучше	90 и лучше
	4	80 – 85	80 – 85
	3	70 – 75	70 – 75
	2	60 – 65	60 – 65
	1	55 и хуже	55 и хуже
от собственного веса*	5	199 и хуже	199 и хуже
	4	194 и хуже	194 и хуже
	3	189 и хуже	189 и хуже
	2	184 и хуже	184 и хуже
	1	179 и хуже	179 и хуже
* проявление силы в % от собственного веса является показателем максимальной силы мышц рук.	5	230 и лучше	230 и лучше
	4	220 – 229	220 – 229
	3	210 – 219	210 – 219
	2	200 – 209	200 – 209
	1	199 и хуже	199 и хуже
от собственного веса*	5	95 и лучше	95 и лучше
	4	90 – 95	90 – 95
	3	80 – 85	80 – 85
	2	70 – 75	70 – 75
	1	60 – 65	60 – 65
* проявление силы в % от собственного веса является показателем максимальной силы мышц рук.	5	36 и хуже	36 и хуже
	4	36 и хуже	36 и хуже
	3	36 и хуже	36 и хуже
	2	36 и хуже	36 и хуже
	1	36 и хуже	36 и хуже

Контрольные нормативные требования по СФП, применяемые при отбор кандидатов для зачисления на отделение по самбо, спортсменов возрастной группы 10 – 11 класса (15 – 17 лет), 1 – 2 курса (17 – 20 лет), групп спортивного совершенствования (женщины)

Контрольные нормативы	Баллы	Группы спортивного совершенствования		
		10 класс	11 класс	1 – 2 курс
10 кувырков в обе стороны через стоящего в партере партнера, с.	5	17,00 и лучше	16,00 и лучше	15,00 и лучше
	4	17,01 – 19,00	16,01 – 18,00	15,01 – 17,00
	3	19,01 – 21,00	18,01 – 20,00	17,01 – 19,00
	2	21,01 – 23,00	20,01 – 22,00	19,01 – 21,00
	1	23,01 и хуже	22,01 и хуже	21,01 и хуже
Броски на скорость в обе стороны за 20 с., количество раз	5	9 и лучше	10 и лучше	10 и лучше
	4	9	9	10
	3	8	8	9
	2	7	7	8
	1	6 и хуже	6 и хуже	7 и хуже
Броски манекена	5	22,00 и лучше	20,00 и лучше	18,00 и лучше
	4	22,01 – 24,00	20,01 – 22,00	18,01 – 20,00
	3	24,01 – 26,00	22,01 – 24,00	20,01 – 22,00
	2	26,01 – 28,00	24,01 – 26,00	22,01 – 24,00
	1	28,01 и хуже	26,01 и хуже	24,01 и хуже



18 - 20 лет	юниоры	
-------------	--------	--

Приоритетным является зачисление кандидатов, занявших 1-5 места на ЧЕ и ЧМ по возрастам за последние 2 года. В исключительных случаях (наличие выдающихся антропометрических данных, невыполнение критериев отбора по уважительным причинам и др.) решение о зачислении может быть принято совместно с тренерским советом НК РБ по самбо.