

«Утверждаю»
Директор ИФКиС СВФУ
_____ Платонов Д.Н.
«___» _____ 2014 г.

«Согласовано»
Председатель предметной комиссии
_____ С.В.Сабарайкин
«___» _____ 2014 г.

Профессиональное испытание для приема на направление *Физическая культура*
(*национальные виды спорта и народные игры*)

по специализации «Северное многоборье»

I. Избранный вид спорта (СФП)

№	испытания/баллы	20	19	18	17	16	15	14	13	12	11	10	9	8	7	6
1.	Прыжки через нарты	160	155	150	145	140	135	130	125	120	115	110	105	100	95	90
2.	Демонстрация техники выполнения прыжков через нарты (30 нарт)	Экспертная комиссия. Оценивается по 20 бальной системе														
3.	Демонстрация техники сбора и метания аркана	Экспертная комиссия. Оценивается по 20 бальной системе														

II. Общефизическая подготовка (ОФП)

№	испытание/баллы	10	9	8	7	6	5	4	3
1	Бег на 100 м. н/с	13,2	13,4	13,6	13,8	14,0	14,2	14,4	14,6
2	Метание гранаты (м.) (700 гр.)	40	38	36	34	33	32	31	30
3	Бег 1000 м. (мин.)	3,00	3,05	3,10	3,15	3,20	3,25	3,30	3,35
4	Прыжок в длину с места (см.)	260	255	250	245	240	230	220	210
5	Плавание на 50 м.	зачтено или не зачтено							

Примечание:

1. Отсутствие зачета по плаванию, оценка ниже 6 баллов в одном из упражнений по разделу избранный вид спорта (СФП), оценка ниже 3 баллов по разделу общефизическая подготовка (ОФП) – оценка «неудовлетворительно» в целом, абитуриент в дальнейшем снимается с экзамена.
2. Мастера спорта РС(Я), РФ по северному многоборью после проверки способностей по плаванию получают автоматически 100 баллов по специализации.
3. По прыжкам через нарты – берется лучший результат из 2 попыток.

4. По метанию гранаты, прыжкам в длину с места – берется лучший результат из 3 попыток.

Необходимо из 100 баллов набрать не ниже 35 баллов.