

**Промежуточная аттестация для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНОГО ЭТАПА (стартовый уровень) 2 года
на отделении спортивной гимнастики (девочки)**

Баллы	Скорость	Скоростно-силовые		Сила		Гибкость			Смелость	Координация	
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
	Бег 20 м (на время, сек)	Прыжок в длину с места (см)	Наскоки на скамейку (кол-во раз)	Подтягивание (кол-во раз)	Угол в вися (на время, сек)	Мост из положения лежа (из 5.0) фиксация не менее 3 сек	Складка ноги вместе (из 5.0)	Складка ноги врозь (из 5.0)	Ходьба по бревну (из 5.0)	Прыжок на батуте (из 5.0)	Кувырок вперед (из 5.0)
	5-6 лет	5-6 лет	5-6 лет	5-6 лет	5-6 лет						
5.0	5.0	120	25	5	25	Качество исполнения: руки и ноги выпрямлены	Качество исполнения: живот и грудь плотно прижаты к ногам, ноги выпрямлены	Качество исполнения: живот и грудь плотно прижаты к полу, ноги выпрямлены	Качество исполнения: ходьба без падений и наклонов в стороны	Качество выполнения: сохранить ритм прыжков и положение тела в прыжках	Качество исполнения: правильная группировка и направление движения
4.5		115	23		23						
4.0	5.5	110	20	4	20						
3.5		100	15	3	15						
3.0	6.0	95	13	2	13						
2.5		90	10		10						
2.0	6.5	85	5	1	5						
1.5		80	3		3						
1.0	7.0	75	2	0,5	2						

**Вступительный балл – от 50 и выше.
Возраст – 5 лет и 6 лет.
Внешний вид: 5 лет- рост до 115 см, вес до 17 кг; 6 лет – рост до 120 см, вес до 20 кг**

**Промежуточная аттестация для групп НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 1 года и БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ 1 года
на отделении спортивной гимнастики (девочки)**

(после прохождения подготовки в группах «спортивно-оздоровительный этап (стартовый уровень)»).

Баллы	Мост из положения лежа (из 5.0)	Наклон ноги вместе (из 5.0)	Ходьба по бревну (из 5.0)	Подтягивание на перекладине из виса (кол-во раз)	Бег (на время)	Напрыгивание на мат 5 раз (на время) для 6 лет	Напрыгивание на мат 15 раз (на время) для 7 лет	Угол в висе (на время)		
10.0				6	5.30	5 с	15 с	30 с		
9.5						6-7 с	16-17 с	25 с		
9.0				5	6.00	8 с	18 с	20 с		
8.5						9-10 с	19-20 с	15 с		
8.0				4	6.30	11с	21 с	13 с		
7.5						12-13 с	22-23 с	11 с		
7.0				3	7.00	14 с	24 с	10 с		
6.5						15-16 с	25-26 с			
6.0					7.30	17 с	27 с	8 с		
5.5						18-19 с	28-29 с			
5.0	Качество исполнения: руки и ноги	Качество исполнения: живот и грудь плотно прижаты к полу	Качество исполнения ходьбы без наклонов в стороны	2	8.00	20 с	30 с			
4.5							21-22 с	31-32 с	6 с	
4.0							8.30	23 с	33 с	
3.5										
3.0						1	9.00	26 с	36 с	4 с
2.5										
2.0								29 с	39 с	
1.5										2 с
1.0								32 с	42 с	1 с
0.5										
НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА 1 года					Вступительный балл – от 50 и выше. Квалификационный норматив – б/р					
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ этап (базовый уровень) 1 года					Вступительный балл – от 40 и выше. Квалификационный норматив – б/р					
Возраст – девочки 5 – 6 – 7 лет;										
Внешний вид гимнастки: 5 лет – рост 110 см, вес до 15 кг; 6 лет – рост до 115 см, вес до 17 кг; 7 лет – рост до 120 см, вес до 20 кг.										
На спортивную подготовку зачисляется ребенок, показавший лучшие результаты тестирования (большее количество баллов) из общего количества поступающих.										
Количество мест на спортивной подготовке в соответствии с планом комплектования.										

**Промежуточная аттестация для групп на этапе БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ 1 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)
(без прохождения подготовки в группах «спортивно-оздоровительный этап (стартовый уровень)»).**

Баллы	Скорость		Скоростно-силовые				Сила				Гибкость			Смелость	Координация		
	1		2		3		4		5		6	7	8	9	10	11	
	Бег 20 м (на время, сек) для 7 лет/ для 6 лет		Прыжок в длину с места (см) для 7 лет/ для 6 лет		Наскоки на скамейку (кол-во раз) для 7 лет/ для 6 лет		Подтягива- ние (кол-во раз) для 7 лет/ для 6 лет		Угол в весе (на время, сек) для 7 лет/ для 6 лет		Мост из положен ия лежа (из 5.0) фиксаци я не менее 3 сек			Складка ноги вместе (из 5.0)	Складка ноги врозь (из 5.0)	Ходьба по бревну (из 5.0)	Прыжок на батуте (из 5.0)
5.0	5.0	5.4	120	110	25	15	5	3	25	20	Качество исполнения: руки и ноги выпрямлены	Качество исполнения: живот и грудь плотно прижаты к ногам, ноги выпрямлены	Качество исполнения: живот и грудь плотно прижаты к полу, ноги выпрямлены	Качество исполнения: ходьба без падений и наклонов в стороны	Качество выполнения: сохранять ритм прыжков и положение тела в прыжках	Качество исполнения: правильная группировка и направление движения	
4.5			115	105	23	13			23	17							
4.0	5.5	6.0	110	100	20	10	4	2	20	15							
3.5			100	95	15	8	3		15	13							
3.0	6.0	6.5	95	90	13	6	2		13	10							
2.5			90	85	10	5		1	10	8							
2.0	6.5	7.0	85	80	5	4	1		5	6							
1.5			80	75	3	3			3	4							
1.0	7.0	7.5	75	70	2	2	0,5	0,5	2	2							
<p>Вступительный балл – от 44 и выше. Возраст – девочки 5-6-7 лет. Внешний вид гимнастки: 5 лет – рост 110 см, вес до 15 кг; 6 лет – рост до 115 см, вес до 17 кг; 7 лет – рост до 120 см, вес до 20 кг На спортивную подготовку зачисляется ребенок, показавший лучшие результаты тестирования (большее количество баллов) из общего количества поступающих. Количество мест на спортивной подготовке в соответствии с планом комплектования.</p>																	

**Промежуточная аттестация для групп НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 2 года и БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ 2 года
на отделении спортивной гимнастики (девочки)**

Баллы	Подтягивание на перекладине из виса (кол-во раз)	Прыжок в длину с места	Поднимание ног из виса на перекладине (кол-во раз)	Бег 20 м (на время)	Напрыгивание на мат высотой 20 см за 30 с (кол-во раз)	Угол в висе, держать (на время)	Мост из 5.0	Наклон ноги вместе из 5.0
10.0	11	150	15	4.00	40	45 с		
9.5	10	140	14-13		35	40 с		
9.0	9	130	12-11	4.30	30	35 с		
8.5	8	120	10		27	30 с		
8.0	7	110	9	5.00	23	25 с		
7.5	6	100	8		20	20 с		
7.0	5	95	7	5.30	19	18 с		
6.5	4	90	6		18	16 с		
6.0	3	85	5	6.00	17	14 с		
5.5	2	80	4		16	12 с		
5.0	1	75	3	6.30	15	10 с	Качество исполнения: руки и ноги выпрямлены	Качество исполнения: живот и грудь плотно прижаты к полу
4.5	-	70	2		14	9 с		
4.0	-	65	1	7.00	-	8 с		
3.5	-	60	-	-	-	7 с		
3.0	-	55	-	-	-	6 с		
2.5	-	50	-	-	-	5 с		
2.0	-	-	-	-	-	4 с		
1.5	-	-	-	-	-	3 с		
1.0	-	-	-	-	-	2 с		
0.5	-	-	-	-	-	1 с		
НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА 2 года					Переводной балл - от 60 и выше. Квалификационный норматив: б/р или выполнить 3 юношеский разряд.			
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ этап (базовый уровень) 2 года					Переводной балл - от 50 и выше. Квалификационный норматив: б/р или выполнить 3 юношеский разряд.			
<p align="center">Возраст – девочки 6 лет, 7 лет, 8 лет, 9 лет. Внешний вид гимнасток: 6 лет – рост до 115 см, вес до 17 кг; 7 лет – рост до 120 см, вес до 20 кг; 8 лет – рост до 125 см, вес до 24 кг; 9 лет – рост до 130 см, вес до 28 кг.</p>								
<p align="center">На спортивную подготовку зачисляется ребенок, показавший лучшие результаты тестирования (большее количество баллов). Количество мест на спортивной подготовке в соответствии с планом комплектования.</p>								

**Промежуточная аттестация для групп НАЧАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ 3 года и БАЗОВОЙ ПОДГОТОВКИ 3 года
на отделении спортивной гимнастики (девочки)**

Баллы	Прыжок в длину с места	Напрыгивание на мат высотой 20 см за 30 с (кол-во раз)	Угол в вися, держать (на время)	Подъем переворотом в упор силой (кол-во раз)	Челночный бег 12 м за 1 мин (линии)	Шпагат на правую ногу	Шпагат на левую ногу	Поперечный шпагат
10.0	150	40	45 с	20	17	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	140	35	40 с	18	16			
9.0	130	30	35 с	15	15			
8.5	120	27	30 с	13				
8.0	110	23	25 с	10	14			
7.5	100	20	20 с			Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	95	19	18 с		13			
6.5	90	18	16 с					
6.0	85	17	14 с	5	12			
5.5	80	16	12 с					
5.0	75	15	10 с	4		До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5	70	14	9 с		11			
4.0	65	-	8 с					
3.5	60	-	7 с					
3.0	55	-	6 с	3	10			
2.5	50	-	5 с	2		10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	-	-	4 с	1				
1.5	-	-	3 с					
1.0	-	-	2 с					
0.5	-	-	1 с					
НАЧАЛЬНАЯ ПОДГОТОВКА 3 года					Переводной балл - от 64 и выше. Квалификационный норматив: б/р или выполнить 3 юношеский разряд.			
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ этап (базовый уровень) 3 года					Переводной балл - от 54 и выше. Квалификационный норматив: б/р или выполнить 3 юношеский разряд.			
<p align="center">Возраст – девочки 7 лет, 8 лет, 9 лет, 10 лет. Внешний вид гимнасток: 7 лет – рост до 120 см, вес до 20 кг; 8 лет – рост до 125 см, вес до 24 кг; 9 лет – рост до 130 см, вес до 28 кг; 10 лет – рост до 135 см, вес до 30 кг.</p>								
<p align="center">На спортивную подготовку зачисляется ребенок, показавший лучшие результаты тестирования (больше количество баллов). Количество мест на спортивной подготовке в соответствии с планом комплектования.</p>								

Промежуточная аттестация для групп УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (этапе спортивной специализации) 1 года и для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 1 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)

Баллы	Подъем переворотом в упор силой (кол-во раз)	Челночный бег 12 м за 1 мин (линии)	Поднимание ног из виса на гимн.стен. (кол-во раз)	Угол в упоре (на время)	Стойка на руках у опоры из 10.00	Шпагат на правую ногу	Шпагат на левую ногу	Поперечный шпагат
10.0	20	17	35	60 с	Полное касание стены	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	18	16	30	50 с				
9.0	15	15	25	40 с				
8.5	13		20	35 с				
8.0	10	14	15	30 с				
7.5				25 с	Неполное касание стены	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0		13	10	20 с				
6.5			9	17 с				
6.0	5	12	8	15 с				
5.5			7	14 с				
5.0	4		6	13 с	Изгиб тела до 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5		11	5	12 с				
4.0				11 с				
3.5			4	10 с				
3.0	3	10						
2.5	2		3		Изгиб тела 10-15 см	10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1			5 с				
1.5			2					
1.0				3 с				
0.5			1					
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ (этап спортивной специализации) 1 года				Переводной балл - от 56 и выше. Квалификационный норматив: «второй юношеский спортивный разряд»				
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 1 года				Переводной балл - от 46 и выше. Квалификационный норматив: спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд»				
Возраст – девушки 8 лет, 9 лет, 10 лет. Внешний вид гимнасток: 8 лет – рост до 125 см, вес до 24 кг; 9 лет – рост до 130 см, вес до 28 кг, 10 лет – рост до 135 см, вес до 30 кг.								

Промежуточная аттестация для групп УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (этапе спортивной специализации) 2 года и для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 2 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)

Баллы	Подъем разгибом (кол-во раз)	Поднимание ног из виса на гимн.стен. (кол-во раз)	Челночный бег 12 м. за 1 мин. (линии)	Стойка силой «спичаг» (кол-во раз)	Угол в упоре на бревне (на время)	Стойка на руках у опоры из 10.00	Шпагат на правую ногу	Шпагат на левую ногу	Поперечный шпагат
10.0	9-10	35	17	9-10	60 с	Полное касание стены	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	8-9	30	16	8-9	50 с				
9.0	7	25	15	7	40 с				
8.5	6	20		6	35 с				
8.0	5	15	14	5	30 с				
7.5					25 с	Неполное касание стены	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	4	10	13	4	20 с				
6.5		9			17 с				
6.0		8	12		15 с				
5.5	3	7		3	14 с				
5.0		6			13 с	Изгиб тела до 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5		5	11		12 с				
4.0	2			2	11 с				
3.5		4			10 с				
3.0			10						
2.5		3				Изгиб тела 10-15 см	10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1			1	5 с				
1.5		2							
1.0					3 с				
0.5		1							
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ (этап спортивной специализации) 2 года					Переводной балл - от 63 и выше. Квалификационный норматив: «первый юношеский спортивный разряд»				
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 2 года					Переводной балл - от 50 и выше. Квалификационный норматив: «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»				
<p align="center">Возраст – девушки 9 лет, 10 лет, 11 лет. Внешний вид гимнасток: 9 лет – рост до 130 см, вес до 28 кг; 10 лет – рост до 135 см, вес до 30 кг; 11 лет - рост до 140 см, вес до 32 кг.</p>									

Промежуточная аттестация для групп УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (этапе спортивной специализации) 3 года и для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 3 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)

Баллы	Подъем разгибом (кол-во раз)	Поднимание ног из виса на гимн.стен. (кол-во раз)	Челночный бег 12 м за 1 мин. (линии)	Спичаг (кол-во раз)	Стойка на руках (на время)	Отмах в стойку (кол-во раз)	Сальто назад (кол-во раз)	Шпагат правая нога с 20 см	Шпагат левая нога с 20 см	Поперечный шпагат с 20 см
10.0	20	35	17	9-10	15 с	9-10	9-10	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	18	30	16	8-9	14 с	8-9	8-9			
9.0	15	25	15	7	13 с	7	7			
8.5	13	20		6	12 с	6	6			
8.0	10	15	14	5	11 с	5	5			
7.5					10 с			Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0		10	13	4	9 с	4	4			
6.5		9			8 с					
6.0	5	8	12		7 с					
5.5		7		3		3	3			
5.0	4	6			6 с			До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5		5	11							
4.0				2	5 с	2	2			
3.5		4								
3.0	3		10		4 с					
2.5	2	3						10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1			1	3 с	1	1			
1.5		2								
1.0					2 с					
0.5		1			1 с					
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ (этап спортивной специализации) 3 года					Переводной бал – от 70 и выше. Квалификационный норматив: «третий спортивный разряд».					
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 3 года					Переводной бал – от 55 и выше. Квалификационный норматив: спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»					
Возраст – девушки 10 лет, 11 лет, 12 лет. Внешний вид гимнасток: 10 лет – рост до 135 см, вес до 30 кг; 11 лет – рост до 140 см, вес до 32 кг; 12 лет – рост до 145 см, вес до 35 кг.										

Промежуточная аттестация для групп УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (этапе спортивной специализации) 4 года и для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 4 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)

Баллы	П/разгибом + отмах в стойку (кол-во раз)	Поднимание ног из угла на Г/стенке-20р. (на время)	Челночный бег 12 м за 1м 30с (линии)	Спичаг на бревне (кол-во раз)	Стойка на руках (на время)	Отмах в стойку (кол-во раз)	Горизонт между мостами (на время)	Сальто назад (кол-во раз)	Шпагат правая нога на мостах	Шпагат левая нога на мостах	Поперечный шпагат на мостах
10.0	9-10	30 с	25	9-10	30 с	14-15	40 с	14-15	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	8-9	35 с	24	8-9	28 с	13-14	35 с	13-14			
9.0	7	40 с	23	7	25 с	12-13	30 с	12-13			
8.5	6	45 с		6	23 с	11-12		11-12			
8.0	5	50 с	22	5	20 с	10	25 с	10			
7.5					18 с	9		9	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	4	60 с	21	4	15 с	8	20 с	8			
6.5						7		7			
6.0			20		13 с	6		6			
5.5	3	70 с		3		5	15 с	5			
5.0					10 с				До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5			19			4		4			
4.0	2			2	8 с		10 с				
3.5		80 с				3		3			
3.0			18								
2.5					5 с				10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1			1		2	5 с	2			
1.5			17								
1.0		90 с			3 с	1	3 с	1			
0.5											
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ (этап спортивной специализации) 4 года						Переводной бал - от 70 и выше. Квалификационный норматив: «второй спортивный разряд».					
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 4 года						Переводной бал - от 50 и выше. Квалификационный норматив: «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд»					
Возраст – девочки 11 лет, 12 лет, 13 лет. Внешний вид гимнасток: 11 лет – рост до 140 см, вес до 32 кг; 12 лет – рост до 145 см, вес до 35 кг; 13 лет – рост до 150 см, вес до 40 кг.											

Промежуточная аттестация для групп УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (этапе спортивной специализации) 5 года и для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 5 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)

Баллы	П/разгибом + отмах в стойку (кол-во раз)	Поднимание ног из угла на Г/стенке-20р. (на время)	Челночный бег 12 м за 1м 30с (линии)	Спичаг на бревне (кол-во раз)	Стойка на руках (на время)	Отмах в стойку (кол-во раз)	Горизонт между мостами (на время)	Сальто назад (кол-во раз)	Шпагат правая нога на мостах	Шпагат левая нога на мостах	Поперечный шпагат на мостах
10.0	9-10	30 с	25	9-10	30 с	14-15	40 с	14-15	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	8-9	35 с	24	8-9	28 с	13-14	35 с	13-14			
9.0	7	40 с	23	7	25 с	12-13	30 с	12-13			
8.5	6	45 с		6	23 с	11-12		11-12			
8.0	5	50 с	22	5	20 с	10	25 с	10			
7.5					18 с	9		9	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	4	60 с	21	4	15 с	8	20 с	8			
6.5						7		7			
6.0			20		13 с	6		6			
5.5	3	70 с		3		5	15 с	5			
5.0					10 с				До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5			19			4		4			
4.0	2			2	8 с		10 с				
3.5		80 с				3		3			
3.0			18								
2.5					5 с				10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1			1		2	5 с	2			
1.5			17								
1.0		90 с			3 с	1	3 с	1			
0.5											
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ (этап спортивной специализации) 5 года						Переводной бал - от 75 и выше. Квалификационный норматив: «второй спортивный разряд». «первый спортивный разряд»					
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 5 года						Переводной бал - от 55 и выше. Квалификационный норматив: «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»					
Возраст –12 лет, 13 лет, 14 лет и старше.											
Внешний вид гимнасток: 12 лет – рост до 145 см, вес до 35 кг; 13 лет – рост до 150 см, вес до 40 кг; 14 лет и старше – рост до 155 см, вес до 45 кг.											

Промежуточная аттестация для групп УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОМ этапе (этапе спортивной специализации) 6 года и для групп СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 6 года на отделении спортивной гимнастики (девочки)

Баллы	П/разгибом + отмах в стойку (кол-во раз)	Поднимание ног из угла на Г/стенке-20р. (на время)	Челночный бег 12 м за 1м 30с (линии)	Спичаг на бревне (кол-во раз)	Стойка на руках (на время)	Отмах в стойку (кол-во раз)	Горизонт между мостами (на время)	Сальто назад (кол-во раз)	Шпагат правая нога на мостах	Шпагат левая нога на мостах	Поперечный шпагат на мостах
10.0	9-10	30 с	25	9-10	30 с	14-15	40 с	14-15	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	8-9	35 с	24	8-9	28 с	13-14	35 с	13-14			
9.0	7	40 с	23	7	25 с	12-13	30 с	12-13			
8.5	6	45 с		6	23 с	11-12		11-12			
8.0	5	50 с	22	5	20 с	10	25 с	10			
7.5					18 с	9		9	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	4	60 с	21	4	15 с	8	20 с	8			
6.5						7		7			
6.0			20		13 с	6		6			
5.5	3	70 с		3		5	15 с	5			
5.0					10 с				До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5			19			4		4			
4.0	2			2	8 с		10 с				
3.5		80 с				3		3			
3.0			18								
2.5					5 с				10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1			1		2	5 с	2			
1.5			17								
1.0		90 с			3 с	1	3 с	1			
0.5											
УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫЙ (этап спортивной специализации) 6 года						Переводной бал - от 80 и выше. Квалификационный норматив: «второй спортивный разряд». «первый спортивный разряд»					
СПОРТИВНО-ОЗДОРОВИТЕЛЬНЫЙ ЭТАП (продвинутый уровень) 6 года						Переводной бал - от 60 и выше. Квалификационный норматив: «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»					
Возраст –13 лет, 14 лет и старше. Внешний вид гимнасток: 13 лет – рост до 150 см, вес до 40 кг; 14 лет и старше – рост до 155 см, вес до 45 кг.											

**Промежуточная аттестация в группы на ЭТАП СОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА
на отделении спортивной гимнастики (девочки)**

Баллы	П/разгибом + отмах в стойку (кол-во раз)	Двойные прыжки на скакалке за 1м30с (кол-во раз)	Челночный бег 12 м за 1м 30с (линии)	Спичаг на бревне (кол-во раз)	Стойка на руках на стоялке (на время)	Отмах в стойку (кол-во раз)	Горизонт между мостами (на время)	Сальто назад (кол-во раз)	Шпагат правая нога на мостах	Шпагат левая нога на мостах	Попереч ный шпагат на мостах
10.0	9-10	60	25	9-10	30 с	14-15	40 с	14-15	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	8-9		24	8-9	28 с	13-14	35 с	13-14			
9.0	7	50	23	7	25 с	12-13	30 с	12-13			
8.5	6			6	23 с	11-12		11-12			
8.0	5	40	22	5	20 с	10	25 с	10			
7.5					18 с	9		9	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	4	35	21	4	15 с	8	20 с	8			
6.5						7		7			
6.0		30	20		13 с	6		6			
5.5	3			3		5	15 с	5			
5.0		20			10 с				До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5			19			4		4			
4.0	2	15		2	8 с		10 с				
3.5						3		3			
3.0			18								
2.5					5 с				10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1	10		1		2	5 с	2			
1.5			17								
1.0		5			3 с	1	3 с	1			
0.5											

**Переводной балл – от 80 и выше. Квалификационный норматив: КМС
Возраст – 13 лет и старше.**

**Промежуточная аттестация в группы на ЭТАП ВЫСШЕГО СПОРТИВНОГО МАСТЕРСТВА
на отделении спортивной гимнастики (девочки)**

Баллы	П/разгибом + отмах в стойку (кол-во раз)	Двойные прыжки на скакалке за 1м30с (кол-во раз)	Челночны й бег 12 м за 1м30с (линии)	Спичаг на бревне (кол-во раз)	Стойка на руках на стоялке (на время)	Отмах в стойку (кол-во раз)	Горизонт между мостами (на время)	Сальто назад (кол-во раз)	Шпагат правая нога на мостах	Шпагат левая нога на мостах	Поперечн ый шпагат на мостах
10.0	9-10	60	25	9-10	30 с	14-15	40 с	14-15	Полное касание пола	Полное касание пола	Полное касание пола
9.5	8-9		24	8-9	28 с	13-14	35 с	13-14			
9.0	7	50	23	7	25 с	12-13	30 с	12-13			
8.5	6			6	23 с	11-12		11-12			
8.0	5	40	22	5	20 с	10	25 с	10			
7.5					18 с	9		9	Неполное касание пола	Неполное касание пола	Неполное касание пола
7.0	4	35	21	4	15 с	8	20 с	8			
6.5						7		7			
6.0		30	20		13 с	6		6			
5.5	3			3		5	15 с	5			
5.0		20			10 с				До пола 8 см	До пола 8 см	До пола 8 см
4.5			19			4		4			
4.0	2	15		2	8 с		10 с				
3.5						3		3			
3.0			18								
2.5					5 с				10-15 см	10-15 см	10-15 см
2.0	1	10		1		2	5 с	2			
1.5			17								
1.0		5			3 с	1	3 с	1			
0.5											
Переводной бал - от 80 и выше. Квалификационный норматив: МС Возраст – 14 лет и старше.											