

Начальная подготовка 1 года

Баллы	Нормативы ОФП								Нормативы СФП					
	Бег на 30 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Непрерывный бег в свободном темпе (мин, с)	Бег на 14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мальчики, девочки	мал	дев	мал	дев	
0	более 6,9	более 7,1	менее +1	менее +3	менее 110	менее 105	менее 7	менее 4	менее 7,0	более 4,6	более 4,8	более 7,6	более 9,8	
1	6,9	7,1	+1	+3	110	105	7	4	7,0	4,6	4,8	7,6	9,8	
2	менее 6,9	менее 7,1	более +1	более +3	более 110	более 105	более 7	более 4	более 7,0	менее 4,6	менее 4,8	менее 7,6	менее 9,8	

Переводной балл - от 7 баллов и выше.

При наборе в группы начальной подготовки зачисляется ребенок, сдавший все контрольные нормативы по общей физической и специальной физической подготовке и набравший в каждом упражнении не менее 1 балла. Список зачисляемых формируется в соответствии с планом комплектования и количеству выделенных мест в соответствии с государственным заданием на оказание государственных услуг (работ) СПб ГБУ СШОР «Комета», на основании рейтинга. При равном количестве набранных баллов требования по зачислению указываются в регламенте работы приемной комиссии по формированию групп начальной подготовки по виду спорта «фехтование».

Начальная подготовка 2 года

Баллы	Нормативы ОФП								Нормативы СФП					
	Бег на 30 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Непрерывный бег в свободном темпе (мин, с)	Бег на 14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев		мальчики, девочки	мал	дев	мал	дев
0	более 6,2	более 6,4	менее +2	менее +8	менее 130	менее 120	менее 10	менее 5	менее 6,0	более 4,0	более 4,2	более 6,6	более 7,8	
1	6,2	6,4	+2	+8	130	120	10	5	6,0	4,0	4,2	6,6	7,8	
2	менее 6,2	менее 6,4	более +2	более +8	более 130	более 120	более 10	более 5	более 6,0	менее 4,0	менее 4,2	менее 6,6	менее 7,8	

В группу зачисляется обучающийся, сдавший все контрольные нормативы и набравший **в каждом** упражнении не менее **1 балла**.

Начальная подготовка 3 года

Баллы	Нормативы ОФП								Нормативы СФП					
	Бег на 30 м (с)		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Непрерывный бег в свободном темпе (мин, с)	Бег на 14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев		мальчики, девочки	мал	дев	мал	дев
0	более 6,2	более 6,4	менее +2	менее +8	менее 130	менее 120	менее 10	менее 5	менее 6,0	более 4,0	более 4,2	более 6,6	более 7,8	
1	6,2	6,4	+2	+8	130	120	10	5	6,0	4,0	4,2	6,6	7,8	
2	менее 6,2	менее 6,4	более +2	более +8	более 130	более 120	более 10	более 5	более 6,0	менее 4,0	менее 4,2	менее 6,6	менее 7,8	

В группу зачисляется обучающийся, сдавший все контрольные нормативы и набравший **в каждом** упражнении не менее **1 балла**.

Тренировочная группа спортивной специализации 1 года

Баллы	Нормативы ОФП											
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)		Поднимание туловища лежа на спине (за 30 с) (количество раз)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	менее +5	менее +6	менее 160	менее 145	менее 18	менее 9	менее 4	-	-	менее 11	менее 32	менее 27
1	+5	+6	160	145	18	9	4	-	-	11	32	27
2	более +5	более +6	более 160	более 145	более 18	более 9	более 4	-	-	более 11	более 32	более 27

Баллы	Нормативы СФП											
	Челночный бег 4x14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14 м (количество раз)		Исходное положение – упор сидя, спиной в направлении движения. Бег 14 м (с)		Исходное положение – упор лежа, в направлении движения. Бег 14 м (с)		Бег на 14 м (с)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	более 16,0	более 16,4	более 5,4	более 7,0	менее 14	менее 13	более 5,6	более 5,8	более 5,6	более 5,8	более 3,8	более 4,0
1	16,0	16,4	5,4	7,0	14	13	5,6	5,8	5,6	5,8	3,8	4,0
2	менее 16,0	менее 16,4	менее 5,4	менее 7,0	более 14	более 13	менее 5,6	менее 5,8	менее 5,6	менее 5,8	менее 3,8	менее 4,0

Уровень спортивной квалификации

Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
--	---

Переводной балл – 12 баллов, необходимо набрать **в каждом упражнении** не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.

Тренировочная группа спортивной специализации 2 года

Баллы	Нормативы ОФП											
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)		Поднимание туловища лежа на спине (за 30 с) (количество раз)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	менее +5	менее +6	менее 160	менее 145	менее 18	менее 9	менее 4	-	-	менее 11	менее 32	менее 27
1	+5	+6	160	145	18	9	4	-	-	11	32	27
2	более +5	более +6	более 160	более 145	более 18	более 9	более 4	-	-	более 11	более 32	более 27

Баллы	Нормативы СФП											
	Челночный бег 4x14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14 м (количество раз)		Исходное положение – упор сидя, спиной в направлении движения. Бег 14 м (с)		Исходное положение – упор лежа, в направлении движения. Бег 14 м (с)		Бег на 14 м (с)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	более 16,0	более 16,4	более 5,4	более 7,0	менее 14	менее 13	более 5,6	более 5,8	более 5,6	более 5,8	более 3,8	более 4,0
1	16,0	16,4	5,4	7,0	14	13	5,6	5,8	5,6	5,8	3,8	4,0
2	менее 16,0	менее 16,4	менее 5,4	менее 7,0	более 14	более 13	менее 5,6	менее 5,8	менее 5,6	менее 5,8	менее 3,8	менее 4,0

Уровень спортивной квалификации

Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
--	---

Переводной балл – 12 баллов, необходимо набрать **в каждом упражнении** не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.

Тренировочная группа спортивной специализации 3 года

Баллы	Нормативы ОФП											
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)		Поднимание туловища лежа на спине (за 30 с) (количество раз)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	менее +5	менее +6	менее 160	менее 145	менее 18	менее 9	менее 4	-	-	менее 11	менее 32	менее 27
1	+5	+6	160	145	18	9	4	-	-	11	32	27
2	более +5	более +6	более 160	более 145	более 18	более 9	более 4	-	-	более 11	более 32	более 27

Баллы	Нормативы СФП											
	Челночный бег 4x14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14 м (количество раз)		Исходное положение – упор сидя, спиной в направлении движения. Бег 14 м (с)		Исходное положение – упор лежа, в направлении движения. Бег 14 м (с)		Бег на 14 м (с)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	более 16,0	более 16,4	более 5,4	более 7,0	менее 14	менее 13	более 5,6	более 5,8	более 5,6	более 5,8	более 3,8	более 4,0
1	16,0	16,4	5,4	7,0	14	13	5,6	5,8	5,6	5,8	3,8	4,0
2	менее 16,0	менее 16,4	менее 5,4	менее 7,0	более 14	более 13	менее 5,6	менее 5,8	менее 5,6	менее 5,8	менее 3,8	менее 4,0

Уровень спортивной квалификации

Период обучения на этапе спортивной подготовки (до трех лет)	Спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд»
--	---

Переводной балл – 12 баллов, необходимо набрать в каждом упражнении не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.

Тренировочная группа спортивной специализации 4 года

Баллы	Нормативы ОФП											
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)		Поднимание туловища лежа на спине (за 30 с) (количество раз)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	менее +5	менее +6	менее 160	менее 145	менее 18	менее 9	менее 4	-	-	менее 11	менее 32	менее 27
1	+5	+6	160	145	18	9	4	-	-	11	32	27
2	более +5	более +6	более 160	более 145	более 18	более 9	более 4	-	-	более 11	более 32	более 27

Баллы	Нормативы СФП											
	Челночный бег 4x14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14 м (количество раз)		Исходное положение – упор сидя, спиной в направлении движения. Бег 14 м (с)		Исходное положение – упор лежа, в направлении движения. Бег 14 м (с)		Бег на 14 м (с)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	более 16,0	более 16,4	более 5,4	более 7,0	менее 14	менее 13	более 5,6	более 5,8	более 5,6	более 5,8	более 3,8	более 4,0
1	16,0	16,4	5,4	7,0	14	13	5,6	5,8	5,6	5,8	3,8	4,0
2	менее 16,0	менее 16,4	менее 5,4	менее 7,0	более 14	более 13	менее 5,6	менее 5,8	менее 5,6	менее 5,8	менее 3,8	менее 4,0

Уровень спортивной квалификации

Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»
---	---

Переводной балл – 12 баллов, необходимо набрать в каждом упражнении не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.

Тренировочная группа спортивной специализации 5 года

Баллы	Нормативы ОФП											
	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи) (см)		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см)		Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу (количество раз)		Подтягивание из виса на высокой перекладине (количество раз)		Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (количество раз)		Поднимание туловища лежа на спине (за 30 с) (количество раз)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	менее +5	менее +6	менее 160	менее 145	менее 18	менее 9	менее 4	-	-	менее 11	менее 32	менее 27
1	+5	+6	160	145	18	9	4	-	-	11	32	27
2	более +5	более +6	более 160	более 145	более 18	более 9	более 4	-	-	более 11	более 32	более 27

Баллы	Нормативы СФП											
	Челночный бег 4x14 м (с)		Челночный бег 2x7 м (с)		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14 м (количество раз)		Исходное положение – упор сидя, спиной в направлении движения. Бег 14 м (с)		Исходное положение – упор лежа, в направлении движения. Бег 14 м (с)		Бег на 14 м (с)	
	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев	мал	дев
0	более 16,0	более 16,4	более 5,4	более 7,0	менее 14	менее 13	более 5,6	более 5,8	более 5,6	более 5,8	более 3,8	более 4,0
1	16,0	16,4	5,4	7,0	14	13	5,6	5,8	5,6	5,8	3,8	4,0
2	менее 16,0	менее 16,4	менее 5,4	менее 7,0	более 14	более 13	менее 5,6	менее 5,8	менее 5,6	менее 5,8	менее 3,8	менее 4,0

Уровень спортивной квалификации

Период обучения на этапе спортивной подготовки (свыше трех лет)	Спортивные разряды – «третий спортивный разряд», «второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»
---	---

Переводной балл – 12 баллов, необходимо набрать в каждом упражнении не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.

Этап совершенствования спортивного мастерства

Баллы	Нормативы ОФП							
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, количество раз		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см		Понимание туловища лежа на спине (за 1 мин), количество раз	
	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
0	менее 42	менее 16	менее +13	менее +16	менее 230	менее 185	менее 50	менее 44
1	42	16	+13	+16	230	185	50	44
2	более 42	более 16	более +13	более +16	более 230	более 185	более 50	более 44

Баллы	Нормативы СФП									
	Бег на 14м, с		Челночный бег 4x14м, с		Челночный бег 2x7м, с		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14м, количество раз		Тройной прыжок в длину с места, см	
	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
0	более 3,6	более 3,8	более 14,4	более 15,6	более 5,2	более 6,8	менее 15	менее 14	менее 680	менее 540
1	3,6	3,8	14,4	15,6	5,2	6,8	15	14	680	540
2	менее 3,6	менее 3,8	менее 14,4	менее 15,6	менее 5,2	менее 6,8	более 15	более 14	более 680	более 540

Переводной балл - от 9 и выше. Квалификационный норматив: КМС

Переводной балл – 9 баллов, необходимо набрать **в каждом упражнении** не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.

Этап высшего спортивного мастерства

Баллы	Нормативы ОФП							
	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу, количество раз		Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи), см		Прыжок в длину с места толчком двумя ногами, см		Понимание туловища лежа на спине (за 1 мин), количество раз	
	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
0	менее 42	менее 16	менее +13	менее +16	менее 230	менее 185	менее 50	менее 44
1	42	16	+13	+16	230	185	50	44
2	более 42	более 16	более +13	более +16	более 230	более 185	более 50	более 44

Баллы	Нормативы СФП									
	Бег на 14м, с		Челночный бег 4x14м, с		Челночный бег 2x7м, с		Челночный бег в течение 1 мин на отрезке 14м, количество раз		Тройной прыжок в длину с места, см	
	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки	юниоры	юниорки
0	более 3,4	более 3,6	более 14,0	более 15,4	более 5,0	более 6,6	менее 16	менее 15	менее 720	менее 580
1	3,4	3,6	14,0	15,4	5,0	6,6	16	15	720	580
2	менее 3,4	менее 3,6	менее 14,0	менее 15,4	менее 5,0	менее 6,6	более 16	более 15	более 720	более 580

Переводной балл - от 9 и выше. Квалификационный норматив: МС

Переводной балл – 9 баллов, необходимо набрать **в каждом упражнении** не менее 1 балла по ОФП и СФП и выполнить квалификационный норматив.