

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 водному поло

СОГЛАСОВАНО
Общественное
объединение
«Белорусская федерация
водного поло»
С.А.Жидков
« 26 » 08 2021

СОГЛАСОВАНО
Заместитель Министра
спорта и туризма
Республики Беларусь
А.И.Барауля
« 26 » 08 2021

СОГЛАСОВАНО
Учреждение образования
«Республиканское
государственное училище
олимпийского резерва»
А.В.Бласюк
« 26 » 08 2021

СОГЛАСОВАНО
Управление спорта
Министерства спорта и
туризма Республики
Беларусь
И.В.Беленьков
« 26 » 08 2021

СОГЛАСОВАНО
Учреждение
«Республиканский центр
олимпийской подготовки
по водным видам спорта»
И.Д.Денисенко
« 26 » 08 2021

Минск, 2021

С.М.Ковальчук

КРИТЕРИИ ОТБОРА КАНДИДАТОВ ДЛЯ ЗАЧИСЛЕНИЯ В СРЕДНИЕ ШКОЛЫ – УЧИЛИЩА ОЛИМПЕЙСКОГО РЕЗЕРВА ПО ВОДНОМУ ПОЛО

1. Общие сведения

Возраст, лет	Класс	Спортивный разряд	Антропометрические данные спортсмена	Спортивный результат (текущий), рейтинг (республиканский)	Спортивный результат, предшествующий за год до зачисления, рейтинг (республиканский)

Отделение водного поло учреждения образования «Республиканское государственное училище олимпийского резерва» (далее – РГУОР) является базовым коллективом сборных команд Республики Беларусь: U-5, U-17 – для участия в чемпионате Европы, U-16, U-18 – для участия в чемпионате мира.

Отбор спортсменов на отделение по водному поло в РГУОР производится республиканским тренерским советом общественного объединения «Белорусская федерация водного поло» и формируется по спортивному принципу.

В группы отделения зачисляются сильнейшие юные спортсмены республиканских учебно-спортивных спортивных учреждений по водному поло, показывающие высокие спортивные результаты на республиканских и международных соревнованиях.

При рассмотрении кандидатов для зачисления на отделение водного поло в РГУОР учитывается:

1. Состояние здоровья спортсмена.
2. Игровая амплуа, антропометрические данные, индивидуальные качества спортсмена, наличие «игрового мышления».
3. Уровень физической и плавательной подготовки.
4. Уровень технических характеристик «игровой практики» по данным статистических счетов КНГ, (эффективность, активность, общая результативность, процент попаданий, отборы мяча, перехваты мяча, результативные передачи и т.д.).
5. Уровень морально-волевых качеств, психологической устойчивости, совместимости с членами спортивного игрового коллектива.
6. Целеустремленность и способность спортсмена к самоотверженной борьбе для достижения высоких результатов.
7. Дисциплинированность и трудолюбие.

2. Результаты соревнований

Возраст, лет	Возрастная группа	Ранг соревнований	Вид программы	Занятое место и (или) диапазон временного норматива

3. Нормативы по ОФП (таблицы 1-2)

Методика тестирования ОФП

«Бег 10 м, с»

Проводится на дорожке стадиона или легкоатлетического манежа в спортивной обуви без шипов. Количество стартующих в забеге определяется условиями, при которых бегущие не мешают друг другу.

«Пятиминутный бег, м»

Проводится на дорожке стадиона в спортивной обуви без шипов. Фиксируется количество метров, которые спортсмен пробежал за 5 минут.

«Прыжок в длину с места, см»

Спортсмен становится на линию старта, ноги на ширине плеч. Без разбега толчком обеих ног прыгает вперед на дальность. Расстояние от линии старта до линии касания пяток после прыжка является показателем его прыжка.

«Прыжок вверх с места, см»

На стене крепится сантиметровая лента или наносят отметки через каждый сантиметр на высоте самого низкого спортсмена в группе. Спортсмен становится к стене правым или левым боком с поднятой, соответственно, правой или левой рукой. На высоте вытянутой вверх руки делается отметка «1». Спортсмен с места из полуприседа с махом рук выполняет прыжок вверх и касается рукой максимально возможной высоты (отметка «2»). Разница между отметкой «2» и отметкой «1» является высотой прыжка.

«Подтягивание в висе на перекладине, количество раз, (юноши)»

Выполняется из положения вис хватом сверху, руки на ширине плеч. Темп выполнения произвольный. Подтягивание считается выполненным, если при сгибании рук подбородок находится выше перекладины. Не засчитываются попытки при вспомогательных движениях ног и туловища.

«Сгибание и разгибание рук в упоре лежа, количество раз, (девушки)»

Из положения лежа на груди спортсменка выполняет сгибание и разгибание рук. Сгибание должно выполняться до угла в локтевом суставе не более 90 градусов, разгибание – полностью. Определяется количество «отжиманий».

4. Нормативы по СФП (таблицы 3-4)

Методика тестирования СФП

«15м кроль». По сигналу, стартуя из безопорного положения, испытуемый преодолевает 15-метровый отрезок ватерпольным кролем. Фиксируется время.

«30м кроль». По сигналу, стартуя из безопорного положения, испытуемый преодолевает 30м традиционным кролем. Фиксируется время выполнения.

«10 выпрыгиваний». По сигналу испытуемый 10 раз без остановки выпрыгивает из воды с вытянутой вверх левой или правой рукой на максимально возможную высоту. Фиксируется время выполнения десяти выпрыгиваний.

«Бросок на дальность». Испытуемый должен как можно дальше бросить мяч. Упражнение выполняется в ограниченном двумя натянутыми дорожками пространстве, ширина которого 3м. Бросок мяча, не вписавшийся в «коридор», не засчитывается. Фиксируется дальность броска.

Для зачисления в учреждение образования «Республиканское государственное училище олимпийского резерва» необходимо набрать:

ОФП – не менее 20 баллов;

СФП – не менее 16 баллов.

Таблица 1

Нормативные оценки по ОФП (юноши)

Тест	Балл	Возраст, лет				
		13	14	15	16	17
Бег 10 м, с	5	1,91 и лучше	1,83 и лучше	1,77 и лучше	1,73 и лучше	1,69 и лучше
	4	1,92–2,05	1,84–1,96	1,78–1,90	1,74–1,84	1,70–1,80
	3	2,06–2,23	1,97–2,17	1,91–2,09	1,85–2,03	1,81–1,98
	2	2,29–2,43	2,18–2,36	2,10–2,26	2,04–2,19	1,99–2,13
	1	2,49 и хуже	2,37 и хуже	2,27 и хуже	2,20 и хуже	2,14 и хуже
Бег 5 мин, м	5	1245 и более	1326 и более	1396 и более	1455 и более	1503 и более
	4	1144–1244	1225–1325	1295–1395	1354–1454	1402–1502
	3	1043–1143	1124–1224	1194–1294	1253–1353	1301–1401
	2	942–1042	1023–1123	1093–1193	1152–1252	1200–1300
	1	941 и менее	1022 и менее	1092 и менее	1151 и менее	1199 и менее
Прыжок в длину, см	5	210 и более	221 и более	232 и более	242 и более	252 и более
	4	198–209	209–220	220–231	230–241	240–251
	3	182–197	193–208	204–219	214–229	224–239
	2	170–181	181–192	192–203	203–213	212–223
	1	169 и менее	180 и менее	191 и менее	202 и менее	211 и менее
Прыжок вверх, см	5	49 и более	54 и более	58 и более	62 и более	65 и более
	4	44–48	49–53	53–57	56–61	60–64
	3	37–43	42–48	46–52	49–55	53–59
	2	32–36	37–41	41–45	44–48	48–52
	1	31 и менее	36 и менее	40 и менее	43 и менее	47 и менее
Подтягивание на перекладине, кол-во раз	5	13 и более	16 и более	18 и более	19 и более	21 и более
	4	11–12	13–15	15–17	16–18	18–20
	3	9–10	10–12	11–14	12–15	14–17
	2	7–8	8–9	8–10	9–11	11–13
	1	6 и менее	7 и менее	7 и менее	8 и менее	10 и менее

Таблица 2

Нормативные оценки по ОФП (девушки)

Тест	Балл	Возраст, лет				
		13	14	15	16	17
Бег 10 м, с	5	2,00 и лучше	1,97 и лучше	1,95 и хуже	1,93 и хуже	1,90 и лучше
	4	2,01–2,16	1,98–2,13	1,96–2,10	1,94–2,09	1,91–2,07
	3	2,17–2,47	2,14–2,40	2,11–2,35	2,10–2,33	2,08–2,34
	2	2,48–2,58	2,41–2,62	2,36–2,59	2,34–2,57	2,35–2,54
	1	2,69 и хуже	2,63 и хуже	2,60 и хуже	2,58 и хуже	2,55 и хуже
Бег 5 мин, м	5	1202 и более	1276 и более	1334 и более	1377 и более	1407 и более
	4	1101–1201	1175–1275	1233–1333	1276–1376	1306–1406
	3	1000–1100	1074–1174	1132–1232	1175–1275	1205–1305
	2	899–999	973–1073	1031–1131	1074–1174	1104–1204
	1	898 и менее	972 и менее	1030 и менее	1073 и менее	1103 и менее
Прыжок в длину, см	5	205 и более	216 и более	223 и более	230 и более	236 и более
	4	194–204	205–215	211–222	218–229	224–235
	3	178–193	187–204	195–210	201–217	207–223
	2	167–177	176–186	183–194	189–200	195–206
	1	166 и менее	175 и менее	182 и менее	188 и менее	194 и менее
Прыжок вверх, см	5	47 и более	52 и более	55 и более	59 и более	62 и более
	4	42–46	47–51	50–54	53–58	57–61
	3	35–41	40–46	43–49	46–52	50–56
	2	30–34	35–39	39–42	41–45	45–49
	1	29 и менее	34 и менее	38 и менее	40 и менее	44 и менее
Сгибание разгибание рук в упоре лежа, кол-во раз	5	24 и более	27 и более	31 и более	36 и более	40 и более
	4	19–23	23–26	27–30	31–35	35–39
	3	13–18	16–22	21–26	25–30	29–34
	2	7–12	11–15	15–20	19–24	23–28
	1	6 и менее	10 и менее	14 и менее	18 и менее	22 и менее

Нормативные требования СФП (юноши)

Таблица 3

Тест	Балл	Возраст, лет				
		13	14	15	16	17
15 м кроль, с	5	9,8	8,5	8,0	8,4	8,1
	4	10,2	9,7	9,3	9,2	8,9
	3	11,1	10,7	10,2	10,0	9,7
	2	12,0	11,7	11,1	10,8	10,5
	1	13,3	21,7	12,0	11,7	11,3
30 м кроль, с	5	17,5	15,5	15,0	14,6	14,2
	4	20,5	18,1	15,6	15,1	14,5
	3	22,2	19,8	19,3	18,0	17,8
	2	23,9	21,5	20,9	20,3	19,1
	1	26,0	23,0	23,3	21,5	20,4
10 выпрыгиваний, с	5	14,2	12,7	12,6	11,8	11,0
	4	15,0	13,8	13,3	12,3	12,2
	3	15,5	14,5	14,0	13,8	13,4
	2	16,0	15,2	14,7	14,2	14,0
	1	16,5	16,0	15,7	15,4	15,0
Бросок на дальность, м	5	21,5	24,7	25,3	28,0	28,5
	4	19,7	21,9	23,7	26,0	27,0
	3	18,5	20,3	22,1	25,0	26,0
	2	17,3	18,7	20,5	23,0	24,0
	1	15,5	16,8	18,9	22,0	23,0

Нормативные требования СФП (девушки)

Таблица 4

Тест	Балл	Возраст, лет				
		13	14	15	16	17
15 м кроль, с	5	9,8	8,7	8,2	8,7	8,4
	4	10,2	9,9	9,5	9,5	9,2
	3	11,1	10,9	10,4	10,3	10,0
	2	12,0	11,9	11,3	11,1	10,8
	1	13,3	12,9	12,2	11,9	11,6
30 м кроль, с	5	17,5	16,0	15,5	15,4	15,2
	4	20,5	18,6	16,1	15,9	15,5
	3	22,2	20,3	19,8	18,8	17,9
	2	23,9	22,0	21,4	21,1	19,2
	1	26,0	23,5	23,8	22,3	20,5
10 выпрыгиваний, с	5	14,2	13,2	13,1	12,4	11,1
	4	15,0	14,3	13,8	13,6	12,3
	3	15,5	15,0	14,5	14,0	13,5
	2	16,0	15,7	15,2	15,0	14,7
	1	17,5	16,7	16,5	16,2	15,9
Бросок на дальность, м	5	20,5	23,2	23,5	25,5	26,5
	4	18,7	20,4	21,7	24,0	24,5
	3	17,5	18,8	20,1	22,5	23,5
	2	16,3	17,2	17,5	20,5	21,5
	1	14,5	15,3	16,9	19,0	20,0

Таблица 5

Дополнительные нормативы по специальной подготовленности вратарей (юноши)

Тест	Возраст, лет				
	13	14	15	16	17
Выпрыгивание из воды с одновременным выносом двух рук, см	120 и более	125 и более	130 и более	135 и более	140 и более
Выпрыгивание из воды с выносом одной руки, см	140 и более	145 и более	150 и более	155 и более	160 и более

Таблица 6

Дополнительные нормативы по специальной подготовленности вратарей (девушки)

Тест	Возраст, лет				
	13	14	15	16	17
Выпрыгивание из воды с одновременным выносом двух рук, см	115 и более	120 и более	122 и более	125 и более	128 и более
Выпрыгивание из воды с выносом одной руки, см	135 и более	140 и более	142 и более	145 и более	148 и более

Примерный протокол регистрации технико-тактических действий ватерполистов в соревнованиях

№ игрока	Фамилия	Количество владений мячом за игру	Чистое время каждого владения	Количество бросков мяча по воротам				Количество мячей, взятых в центре	Перехват мяча	Удаление и штрафные броски				Потери мяча		% реализации численного преимущества (Р _Б)	% надежности игры в меньшинстве (Н _М)	Сумма баллов
				гол	удар в штангу	удар во вратаря	мимо ворот			Свое удаление	Удаление соперника	5-м, штрафных в наши ворота	5-м, штрафных в ворота соперника	Свои	Соперника			
1																		
2																		
3																		
4																		
5																		
6																		
7																		
8																		
9																		
10																		
11																		
12																		
13																		

Примечание:

1. Каждый игрок перед игрой получает 100 баллов

2. Каждое положительное действие оценивается + 1 балл

3. Каждое отрицательное действие оценивается - 1 балл

Суммарная оценка за игру: 101-102 – удовлетворительно; 103-104 – хорошо; 105 и выше – отлично; 99-98 – плохо; 97-96 – очень плохо; 95 и ниже – неудовлетворительно

4. Процент реализации численного преимущества (Р_Б) рассчитывается по формуле

$$P_B = \frac{\Gamma_B}{n} \times 100,$$

где Γ_B – количество голов, забитых в численном преимуществе

n – общее количество случаев численного преимущества.

5. Процент надежности игры в меньшинстве (Н_М) рассчитывается по формуле

$$H_M = \frac{\Pi}{M},$$

где Π – количество случаев нереализации

M – общее количество случаев нахождения в меньшинстве.