

Государственное бюджетное учреждение дополнительного образования
Ростовской области «Спортивная школа олимпийского резерва № 6»
ГБУ ДО РО «СШОР №6»

<p>Принято на заседании тренерского, педагогического совета учреждения протокол № 12 от 30.12.2022</p>	<p>Утверждаю Директор учреждения _____ Т.Куль Приказ № 101 от 30.12.2022 г.</p>
---	---

ПОЛОЖЕНИЕ

**о приеме нормативов для зачисления,
контрольных, контрольно-переводных нормативов
на этапы спортивной подготовки
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

**г. Ростов-на-Дону
2022**

1. Общие положения.

1.1. Настоящее положение разработано в соответствии с:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 №329-ФЗ;
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 г. №273-ФЗ;
- Федеральный стандарт спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках» (утвержденный приказом Министерства спорта России от 30.11.2022 г. №1092);
- Единая Всероссийская спортивная классификация на 2023-2026г.г., утвержденная приказом Минспорта России от 14.12.2022 г. №1216.
- Дополнительная образовательная программа спортивной подготовки по виду спорта «фигурное катание на коньках» ГБУ ДО РО «СШОР №6»;

1.2. Контрольные и контрольно-переводные нормативы являются обязательными для всех спортсменов ГБУ ДО РО «СШОР №6».

1.3. Целью сдачи контрольных и контрольно-переводных нормативов является измерение и оценка различных показателей (ОФП, СФП, ледовой подготовки) обучающихся, а также оценка эффективности спортивной подготовки для перевода обучающихся на следующий этап подготовки.

1.4. Для зачисления в спортивную школу на этапы спортивной подготовки контрольные нормативы являются обязательными и считаются вступительными.

2. Порядок проведения контрольных, контрольно-переводных нормативов.

2.1. Система контроля за общей физической, специальной физической, технической подготовкой обучающихся включает в себя нормативы для зачисления на этапы спортивной подготовки (контрольно-переводные) Приложение №1, и контрольные нормативы (промежуточная аттестация) Приложение №2.

2.2. С целью отслеживания положительной динамики роста спортивных результатов у обучающихся спортивной школы, контрольные нормативы принимаются 3 раза в год в марте, мае, сентябре текущего года (промежуточная аттестация), контрольно-переводные нормативы принимаются один раз в год в декабре месяце текущего года. Результаты заносятся в протокол, обсуждаются на тренерском (учебно-методическом) совете.

2.3. К контрольным и контрольно-переводным нормативам допускаются все обучающиеся спортивной школы, имеющие медицинский допуск на день испытаний.

2.4. Обучающиеся, выезжающие на соревнования, тренировочные сборы, могут сдать контрольные, контрольно-переводные нормативы досрочно.

2.5. Оценка показателей общей физической подготовленности (ОФП), специальной физической подготовки (СФП) и ледовой подготовки проводится в соответствии с контрольно-переводными нормативами по виду спорта и в соответствии с периодом обучения.

2.6. ГБУ ДО РО «СШОР №6», 4 раза в год (один раз в квартал) издает приказ о приеме контрольных нормативов у обучающихся, утверждается график приема.

2.7. Результаты сдачи нормативов заносятся в протокол в письменном или электронном виде. Учебным отделом ГБУ ДО РО «СШОР №6» производится расчет баллов, прописывается итог спортивных испытаний в виде «Зачет» или «Не зачет»

2.8. Перед проведением нормативов, тренеру необходимо объяснить спортсменам цель, методику выполнения и критерии оценки упражнений.

2.9. Тренеру необходимо организовать явку на сдачу нормативов всех обучающихся, согласно списочному составу (приказу о зачислении).

2.10. В случае неявки обучающихся на сдачу нормативов, тренер предоставляет объяснительную записку директору ГБУ ДО РО «СШОР №6».

2.11. Перед началом сдачи нормативов должна быть проведена разминка.

2.12. Прием нормативов проводится на тренировочном занятии, согласно утвержденному расписанию.

3. Порядок перевода обучающихся.

3.1. Обучающиеся, по результатам сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП, СФП и ледовой подготовке, получившие «ЗАЧЕТ», переводятся на следующий этап спортивной подготовки;

3.2. Досрочный перевод обучающихся на следующий этап спортивной подготовки в текущем году, при условии свободного места на данном этапе подготовки, может производиться по решению тренерского-преподавательского совета, на основании выполнения контрольно-переводных нормативов по общей, специальной физической и ледовой подготовке, по результатам выполнения разрядных норм (в соответствии с ЕВСК по виду спорта).

3.3. Обучающиеся, по результатам сдачи контрольно-переводных нормативов по ОФП, СФП и ледовой подготовке, получившие «НЕ ЗАЧЕТ», могут быть отчислены из спортивной школы или по решению тренерско-преподавательского состава продолжить обучение на том же этапе подготовки, **но не более 1 года**. Если по истечению следующего учебно-тренировочного года обучающийся снова подучает «НЕ ЗАЧЕТ», то он исключается из ГБУ ДО РО «СШОР №6».

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления на этап начальной подготовки по виду спорта
«фигурное катание на коньках»**

1 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,9	7,1
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,3	10,6
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			7	4
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+1	+3
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			110	105
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			65	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			30	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			50	40
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			27	24

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта
«фигурное катание на коньках»**

2 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,7	6,8
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,0	10,4
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			10	6
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	115
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			68	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			35	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			47	37
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			28	25
3.	Техническое мастерство	Спирали: ласточка, пистолетик в связке вперед-назад-наружу или внутрь по кругу. Прыжки: перекидной или в 1 оборот (один на выбор: сальхов, тулуп) Вращение: в одной позиции без смены ноги (не менее 5 оборотов) Уровень вращения - базовый		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для зачисления и перевода на этап начальной подготовки по виду спорта
«фигурное катание на коньках»**

3 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив до года обучения	
			мальчики	девочки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,7	6,8
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			10,0	10,4
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	количество раз	не менее	
			12	8
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			120	115
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			69	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			37	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			46	36
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			28	25
3.	Техническое мастерство	Спирали: ласточка, уголок, бильман		
		Прыжки: в 1 оборот (один на выбор) каскад или комбинация (1+1)		
		Вращение: в одной позиции без смены ноги; (не менее 6 оборотов)		
		Спирали: ласточка, пистолетик в связке вперед- назад-наружу или внутрь по кругу.		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на учебно-тренировочный этап по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

4 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,7	7,0
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более	
			10,0	10,4
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+3	+5
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более	
			120	115
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			24	21
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			71	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			39	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			45	35
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			29	26
3.1	Техническое мастерство	Хореографическая последовательность		
		Прыжки: Аксель или в 2 оборота (один на выбор), каскад или комбинация (А+1, 2+1);		
		Вращение: В одной позиции со сменой ноги (не менее 10 обор.)		
		Комбинированное вращение: позиции либела и волчок со сменой ноги (не менее 10 об. в сумме) Уровень вращения: первый.		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Кросс-ролл вперед, назад		
		Перетяжка вперед, назад (с двух ног)		
		Тройка назад наружу, внутрь		
		Перебежка назад с моухоками вперед внутрь		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на учебно- тренировочном этапе спортивной подготовки 1 года обучения	спортивные разряды – «третий юношеский спортивный разряд», «второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на учебно-тренировочный этап по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

5 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			6,2	6,6
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более	
			9,5	10,0
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+5	+7
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более	
			130	125
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			28	25
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			81	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			48	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			44	34
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			32	28
3.1	Техническое мастерство	Хореографическая последовательность		
		Прыжки: Аксель или в 2 оборота (один на выбор), Каскады или комбинация: (А+2, 2+2);		
		Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 10 обор.), Уровень вращений 1,2		
		Вращение в одной позиции со сменой ноги или без смены ноги. Разрешено вращение с заходом прыжком (не менее 6 оборотов). Уровень 1,2		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Тройка вперед наружу трехкратная		
		Тройка вперед внутрь трехкратная		
		Чоктау		
		Твизл назад наружу не менее трех оборотов		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на учебно-тренировочном этапе спортивной подготовки 2 года обучения	«второй юношеский спортивный разряд», «первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на учебно-тренировочный этап по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

6 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,7	6,2
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более	
			9,0	9,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+7	+9
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более	
			150	135
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			32	29
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			91	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			57	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			43	33
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			35	30
3.1	Техническое мастерство	Дорожка шагов		
		Прыжки: Аксель или в 2 оборота (один на выбор), Каскад или комбинация (2+2)		
		Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 6 оборотов на каждой ноге)		
		Позиция либела или волчок со сменой ноги (юн) Позиция заклон назад или в сторону (девушки) Уровень вращения второй, третий)		
		Прыжок во вращение (не менее 8 оборотов)		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Моухок наружу		
		Твизл вперёд наружу не менее трех оборотов.		
		Крюк вперед наружу.		
		Крюк внутрь		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на учебно- тренировочном этапе спортивной подготовки 3 года обучения	«первый юношеский спортивный разряд», «третий спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на учебно-тренировочный этап по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

7 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			5,2	5,8
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более	
			8,5	9,0
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+9	+11
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более	
			170	145
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			36	33
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			100	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			66	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			42	32
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			38	32
3.1	Техническое мастерство	Дорожка шагов		
		Прыжки: 2 Аксель Каскад или комбинация (2+2)		
		Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 6 оборотов на каждой ноге) Уровень 2,3,4		
		Позиция либела или волчок со сменой ноги (юн) Позиция заклон назад или в сторону (девушки) (не менее 8 оборотов)		
		Прыжок во вращение (не менее 8 оборотов) Уровень вращений 2,3,4		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Выкрут наружу.		
		Выкрут внутрь.		
		Скобка наружу.		
		Скобка внутрь.		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на учебно- тренировочном этапе спортивной подготовки (свыше 3 лет) 4 года обучения	«второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на учебно-тренировочный этап по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

8 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши	девушки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 30 м	с	не более	
			4,7	5,4
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более	
			8,0	8,5
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее	
			+10	+13
1.4	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более	
			190	160
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			40	36
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			110	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			75	
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее	
			41	31
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			41	35
3.1	Техническое мастерство	Дорожка шагов		
		Прыжки: 2 Аксель или в 3 обор. (один на выбор) Каскад или комбинация (2+2, 2+3,3+2)		
		Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 6 оборотов на каждой ноге) Уровень 2,3,4		
		Позиция либела или волчок со сменой ноги (юн) Позиция заклон назад или в сторону (девушки) (не менее 8 оборотов)		
		Прыжок во вращение (не менее 8 оборотов) Уровень вращений 2,3,4		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Петли вперед и назад		
		Петля с перетяжкой		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Период обучения на учебно- тренировочном этапе спортивной подготовки (свыше 3 лет обучения) 5 года обучения	«второй спортивный разряд», «первый спортивный разряд»		

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «фигурное катание
на коньках»
1 год обучения**

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры	девушки/ юниорки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,4	9,9
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	10.00
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			13.00	-
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,2	8,0
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от ур. скамьи	см	не менее	
			+11	+15
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			210	175
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			45	39
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			12	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	18
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			30	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			85	
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			45	38
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее	
			2,5	2,4
3.1	Техническое мастерство	Дорожка шагов Прыжки: 2 А или в 3 обор. (один на выбор) Каскад или комбинация (2+2 только для девушек, 2+3,3+2, 3+3) Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 6 оборотов на каждой ноге) Ур.3,4 Позиц. либела или волчок со смен ноги (юн) Позиция заклон назад или в сторону (девуш (не менее 8 оборотов)		

		Прыжок во вращение (не менее 8 оборотов) Уровень вращений 3,4
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Петли вперед и назад Петля с перетяжкой
4. Уровень спортивной квалификации		
4.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»	

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
и уровень спортивной квалификации (спортивные разряды) для зачисления и перевода
на этап совершенствования спортивного мастерства по виду спорта «фигурное катание
на коньках»**

2 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры	девушки/ юниорки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,2	9,7
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	9,8
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			12,8	-
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			7,0	7,8
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от ур. скамьи	см	не менее	
			+12	+16
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			212	177
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			48	42
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			13	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	19
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			34	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			89	
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			47	40
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее	

			2,5	2,4
3.1	Техническое мастерство	Дорожка шагов		
		Прыжки: 2 А или в 3 обор. (один на выбор)		
		Каскад или комбинация (2+2 только для девушек, 2+3,3+2, 3+3)		
		Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 6 оборотов на каждой ноге) Ур.3,4		
		Позиц. либела или волчок со смен ноги юн Позиция заклон назад или в сторону (девуш (не менее 8 оборотов)		
		Прыжок во вращение (не менее 8 оборотов) Уровень вращений 3,4		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Петли вперед и назад		
		Петля с перетяжкой		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

3 год обучения

№ п/п	Упражнения	Единица измерения	Норматив	
			юноши/ юниоры	девушки/ юниорки
1. Нормативы общей физической подготовки				
1.1.	Бег на 60 м	с	не более	
			8,0	9,5
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более	
			-	9,6
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более	
			12,6	-
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более	
			6,8	7,6
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от ур. скамьи	см	не менее	
			+12	+16
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее	
			214	179
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			51	45
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	количество раз	не менее	
			14	-
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	количество раз	не менее	
			-	20
2. Нормативы специальной физической подготовки				
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			38	
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	количество раз	не менее	
			93	

2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее	
			49	42
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее	
			2,5	2,4
3.1	Техническое мастерство	Дорожка шагов		
		Прыжки: 2 А или в 3 обор. (один на выбор) Каскад или комбинация (2+2 только для девушек, 2+3,3+2, 3+3)		
		Комбинированное вращение со сменой ноги (не менее 6 оборотов на каждой ноге) Ур.3,4		
		Позиц. либела или волчок со смен ноги юн Позиция заклон назад или в сторону (девуш (не менее 8 оборотов)		
		Прыжок во вращение (не менее 8 оборотов) Уровень вращений 3,4		
3.2	Техническое мастерство (танцы на льду)	Петли вперед и назад		
		Петля с перетяжкой		
4. Уровень спортивной квалификации				
4.1.	Спортивный разряд «кандидат в мастера спорта»			

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на этапе начальной подготовки
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

1 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив до года обучения		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			6,9/7,1	6,8/7,0	6,8/6,9
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		
			10,3/10,6	10,2/10,5	10,1/10,5
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	не менее		
			7/4	8/5	9/5
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+1/+3	+2/+4	+2/+4
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		
			113/108	115/110	118/113
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			65	66	67
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			31	33	34
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			50/40	49/39	48/38
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			27/24	27/24	28/25

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на этапе начальной подготовки
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

2 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив до года обучения		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			6,7/6,8	6,7/6,8	6,7/6,8
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		
			10,0/10,4	10,0/10,4	10,0/10,4
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	не менее		
			10/6	11/7	11/7
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+3/+5	+3/+5	+3/+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		
			120/115	120/115	120/115
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			68	68	69
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			35	35	36
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			47/37	47/37	46/36
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			28/25	28/25	28/25

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на этапе начальной подготовки
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

3 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив до года обучения		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			6,7/6,8	6,7/6,8	6,7/6,8
1.2.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		
			10,0/10,4	10,0/10,4	10,0/10,4
1.3.	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	Кол-во раз	не менее		
			13/9	14/10	15/11
1.4.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+3/+5	+3/+5	+3/+5
1.5.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		
			120/115	120/115	120/115
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			69	70	71
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			37	38	39
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			46/36	46/36	45/35
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			28/25	28/25	29/26

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на учебно-тренировочном этапе
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

4 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			6,6/6,9	6,4/6,8	6,3/6,7
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более		
			9,9/10,3	9,7/10,2	9,6/10,1
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+4/+6	+4/+6	+5/+7
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		
			123/118	125/120	128/123
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			25/22	26/23	27/24
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		
			74	76	79
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			41	44	46
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			45/35	45/35	44/34
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			30/26	31/27	31/27

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на учебно-тренировочном этапе
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

5 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			6,1/6,5	5,9/6,4	5,8/6,3
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более		
			9,3/9,8	9,2/10,7	9,1/9,6
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+5/+7	+6/+8	+7/+9
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		
			135/128	140/130	145/133
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			29/26	30/27	31/28
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		
			84	86	89
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			50	52	55
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			44/34	44/34	43/33
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			32/28	33/29	34/30

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на учебно-тренировочном этапе
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

6 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			5,5/6,1	5,4/6,0	5,3/5,9
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более		
			8,8/9,3	8,7/9,2	8,6/9,1
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+7/+9	+8/+10	+8/+10
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		
			155/138	160/140	165/143
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			33/30	34/31	35/32
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		
			93	96	98
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			60	62	64
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			43/33	43/33	42/32
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			35/30	36/31	37/31

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на учебно-тренировочном этапе
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

7 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			5,0/5,7	4,9/5,6	4,8/5,5
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более		
			8,3/8,8	8,2/8,7	8,1/8,6
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+9/+11	+9/+12	+10/+12
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		
			175/149	180/153	185/157
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			37/33	38/34	39/35
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количе ство раз	не менее		
			103	105	108
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			68	71	73
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			42/32	42/32	41/31
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			38/32	39/33	40/34

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на учебно-тренировочном этапе
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

8 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
1. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 30 м	с	не более		
			4,6/5,3	4,5/5,2	4,4/5,1
1.2.	Челночный бег 3x10 м	мин, с	не более		
			7,9/8,4	7,8/8,3	7,7/8,2
1.3.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье (от уровня скамьи)	см	не менее		
			+10/+13	+10/+13	+11/+14
1.4.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не более		
			195/169	200/173	205/177
1.5.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			41/37	42/38	43/39
2. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах (за 1 мин)	количество раз	не менее		
			113	115	118
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			78	81	83
2.3.	Выкрут прямых рук вперед – назад с шириной хвата	см	не менее		
			41/31	41/31	40/30
2.4.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			42/36	43/37	44/38

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на этапе совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

1 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
2. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 60 м	с	не более		
			8,4/9,9	8,3/9,8	8,3/9,8
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		
			/10,00	/9,9	/9,9
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более		
			13,0/	12,9/	12,9/
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		
			7,2/8,0	7,1/7,9	7,1/7,9
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от ур. скамьи	см	не менее		
			+11/+15	+11/+15	+12/+16
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		
			210/175	211/176	211/176
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			45/39	46/40	47/41
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	не менее		
			12/	12/	13/
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	не менее		
			/18	/18	/18
3. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			31	32	33
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			86	87	88
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			45/38	46/39	46/39
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее		
			2,5/2,4	2,5/2,4	2,5/2,4

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на этапе совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

2 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			I кв. юн./дев.	II кв. юн./дев.	III кв. юн./дев.
4. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 60 м	с	не более		
			8,2/9,7	8,1/9,6	8,1/9,6
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		
			/9,8	/9,7	/9,7
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более		
			12,8/	12,7/	12,7/
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		
			7,0/7,8	6,9/7,7	6,9/7,7
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от ур. скамьи	см	не менее		
			+12/+16	+12/+16	+12/+16
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		
			212/177	213/178	213/178
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			48/42	49/43	50/44
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	не менее		
			13/	13/	13/
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	не менее		
			/19	/19	/19
5. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			35	36	37
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			90	91	92
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			47/40	48/41	48/41
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее		
			2,5/2,4	2,5/2,4	2,5/2,4

**Нормативы общей физической и специальной физической подготовки
для промежуточной аттестации на этапе совершенствования спортивного мастерства
по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

3 год обучения

№ п/п	Упражнения	Един. измер.	Норматив		
			І кв. юн./дев.	ІІ кв. юн./дев.	ІІІ кв. юн./дев.
6. Нормативы общей физической подготовки					
1.1.	Бег на 60 м	с	не более		
			8,0/9,5	7,9/9,4	7,9/9,4
1.2.	Бег на 2000 м	мин, с	не более		
			/9,6	/9,5	/9,5
1.3.	Бег на 3000 м	мин, с	не более		
			12,6/	12,5/	12,5/
1.4.	Челночный бег 3x10 м	с	не более		
			6,8/7,6	6,7/7,5	6,7/7,5
1.5.	Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье от ур. скамьи	см	не менее		
			+12/+16	+12/+16	+12/+16
1.6.	Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	см	не менее		
			214/179	215/180	215/180
1.7.	Поднимание туловища из положения лежа на спине (за 1 мин)	Кол-во раз	не менее		
			51/45	52/46	53/47
1.8.	Подтягивание из виса на высокой перекладине	кол-во раз	не менее		
			14/	14/	14/
1.9.	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см	кол-во раз	не менее		
			/20	/20	/20
7. Нормативы специальной физической подготовки					
2.1.	Прыжки на скакалке на двух ногах с двумя оборотами скакалки (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			38	39	40
2.2.	Прыжки на скакалке на одной ноге (за 1 мин)	кол-во раз	не менее		
			93	94	95
2.3.	Прыжок в высоту с места	см	не менее		
			49/42	50/43	50/44
2.4.	Удержание равновесия на одной ноге	с	не менее		
			2,5/2,4	2,5/2,4	2,5/2,4

Описание контрольных и контрольно-переводных тестов по фигурному катанию на коньках.

- **Бег 30 м, 60 м** Тест позволяет определить уровень скоростных качеств.

Выполнение. Количество спортсменов в забеге определяется условиями, при которых бегущие не должны мешать друг другу. Испытуемые в высокой стойке становятся к линии старта, не наступая на неё. По сигналу бегут вперед и на полной скорости пересекают линию финиша.

- **Челночный бег 3м x 10м.** Тест позволяет определить уровень скоростных качеств.

Выполнение. Испытуемый встает к линии старта, не выступая за неё. По сигналу бежит вперед до отметки 10 м, где выполняет резкое торможение и выполняет бег в обратном направлении до линии старта, таким образом пробегает десяти метровый отрезок три раза. Необходимо напомнить испытуемому, что результат теста не будет засчитан, если он прежде чем повернуть в обратную сторону, не коснется рукой линии старта или противоположной линии.

- **Прыжки на скакалке на двух ногах за 60 с.** Тест на выносливость.

Выполнение: Испытуемый держит скакалку на уровне бедер или пояса, ладони направлены к телу. Каждый прыжок выполняется на двух ногах с небольшим изгибом в коленях, подпрыгивания должны выполняться с помощью подушечек стопы. Во время прыжков через скакалку спина должна быть ровной, а мышцы пресса напряжены.

- **Прыжки на скакалке на одной ноге за 60 с.** Тест на выносливость.

Выполнение: Испытуемый держит скакалку на уровне бедер или пояса, ладони направлены к телу. Каждый прыжок выполняется на одной ноге с небольшим изгибом в коленях, подпрыгивания должны выполняться с помощью подушечек стопы. Во время прыжков через скакалку спина должна быть ровной, а мышцы пресса напряжены.

- **Прыжок в длину с места толчком двумя ногами.** Тест позволяет определить уровень скоростно-силовых качеств нижних конечностей.

Выполнение. Спортсмен встает на стартовую линию не наступая на неё. Поставив ноги на ширину 15-20 см, несколько раз слегка сгибая ноги, делает махи руками вперед-назад, затем, выполняя мах руками вперед-вверх, совершает прыжок вперед как можно дальше, приземляясь на обе ноги. Измеряется расстояние от дальнего края стартовой линии до ближайшего места, где спортсмен коснулся пола.

- **Прыжок вверх с места.** Тест позволяет определить уровень скоростно-силовых качеств нижних конечностей.

Выполнение. При выполнении прыжка вверх с места фиксируется количественный результат, т.е. высота, которую дети смогли преодолеть.

- **Подъем туловища из положения лежа.** Тест определяет уровень силы и выносливости мышц брюшного пресса.

Выполнение. Испытуемый ложится на спину, руки за головой в "замке". Ноги согнуты в коленном суставе так, чтобы стопы находились в 30 см от ягодиц. Партнер фиксирует стопы испытуемого руками. По сигналу испытуемый поднимает туловище, касаясь локтями коленей, и возвращается в исходное положение. Учитывается количество раз в течение 60 сек.

Испытуемый должен касаться лопатками пола при каждом опускании туловища. Необходимо регулярно сообщать испытуемому, сколько секунд истекло. По истечении 60 сек. следует остановить проведение теста. Испытуемый имеет право сделать паузу для отдыха в период проведения теста, но счет времени продолжается.

- Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Тест определяет силу рук.

Выполнение. Испытуемый принимает положение упор лежа. Руки и тело выпрямлены. Из исходного положения согнуть руки, грудью слегка коснуться пола; затем руки снова полностью выпрямить (и.п. - сгибание - разгибание - и.п.).

- Выкрут прямых рук вперед-назад.

Выполнение. Упражнение выполняется с нерастягивающейся скакалкой. Исходное положение – стоя, руки перед собой. При выполнении упражнения руки не сгибают в локтевых суставах, движение обеих рук выполняют одновременно. Измеряется расстояние между большими пальцами кистей рук.

- Подтягивание из виса на перекладине. Тест определяет силу рук.

Выполнение. Испытуемый берется за перекладину хватом сверху, руки полностью выпрямлены и за счет силы рук, не рывком, подтягивается до тех пор, пока подбородок не окажется над перекладиной, и возвращается в исходное положение.

- Бросок набивного мяча из-за головы.

Выполнение. Исходное положение и вес мяча зависит от этапа подготовки. Результат измеряется в метрах от стартовой линии до места падения мяча.

Лист ознакомления

**с положением
о приеме нормативов для зачисления,
контрольных, контрольно-переводных нормативов
на этапы спортивной подготовки
по виду спорта фигурное катание на коньках**

Ознакомлен(а), согласен(а)

№	Ф.И.О.	должность	подпись	дата
1	Гундарева А.И.	тренер-преподаватель		
2	Кульбацкая Л.В.	тренер-преподаватель		
3	Макаричева Т.Е.	тренер-преподаватель		
4	Мишура Н.В.	тренер-преподаватель		
5	Мозговая А.Б.	тренер-преподаватель		
6	Молчанова А.Г.	тренер-преподаватель		
7	Оганесян А.Н.	тренер-преподаватель		